دكتور أيمن الحسيني

عجائب العلاج بالكريستال والأحجار الكريمة

أحدث صيحات الطب البديل لبث الحيوية وعلاج المرض



- حجر العقيق للضغط المرتفع .. والياقوت للضغط المنخفض .
- لغز الأحجار الحمراء المداوية للسمنة والكرش والسكر !
- العنبر لعلاج الغضب والغيرة .. والعقيق الأسود لطنين الأذن !
- علاج الصداع والصداع النصفي بأحجار الكوارتز واللابيس .
- تخلصي من السليوليت ومتاعب البشرة بالكوارتز وحجر مونستون .
- استخدمي هذه الأحجار كديكور لمنزلك لبث الطاقة الإيجابية .
- حجر الحب .. كيف تستميلين عواطف زوجك وترققين مشاعره ؟
- الياقوت .. للضعف الجنسي . والعقيق الأحمر لمساعدة الحامل.
- كيف يداوي النحاس الخام مرضى الروماتويد والتهاب المفاصل ؟



عجائب العلاج بالكريستال والأحجار الكريمة

أحدث صيحات الطب البديل لبث الحيوية وعلاج المرض

- حجر العقيق للضغط المرتفع .. والياقوت للضغط المنخفض .
- لغز الأحجار الحمراء المداوية للسمنة والكرش والسكر !
- العنبر لعلاج الغضب والغيرة .. والعقيق الأسود لطنين الأذن !
- علاج الصداع والصداع النصفى بأحجار الكوارتز واللابيس .
- كيف يداوى النحاس الخام مرضى الروماتويد والتهاب المفاصل ؟
- تخلصى من السليوليت ومتاعب البشرة بالكوارتز وحجر مونستون .
- استخدمى هذه الأحجار كديكور لمنزلك لبث الطاقة الإيجابية .
- حجر الحب .. كيف تستميلين عواطف زوجك وترققين مشاعره ؟
- الياقوت .. للضعف الجنسى ، والعقيق الأحمر لمساعدة الحامل.

دكتور أيمن الحسيني

دار الطلائع

الحسينى ، أيمن .
عجائب العلاج بالكريستال والأحجار الكريمة : أحدث صيحات الطب البديل لبث الحيوية وعلاج المرض / أيمن الحسينى .
- ط١ . - القاهرة: دار الطلائع للنشر والتوزيع، ٢٠٠٧
١٤٤ ص ؛ ٢٤ سم
تدمك ٦ ٤٨٣ ٢٧٧ ٩٧٧
١ - الطب الشعبى.
أ - العنوان .

٦١٥٫٨٨٢

رقم الإيداع : ٩١٥٩ / ٢٠٠٧
الترقيم الدولي : 977-277-483-6



للنشر والتوزيع والتصدير
٥٩ شارع عبدالحكيم الرفاعى - مدينة نصر - القاهرة
تليفون: ٢٧٤٤٦٤٢ - ٢٧٣٨٩٣٧٢(٢٠٢) فاكس : ٢٧٣٨٠٤٨٣(٢٠٢)
Web site : www.altalae.com E-mail : info@altalae.com

تصميم الغلاف : إبراهيم محمد إبراهيم

مطابع العبور الحديثة بالقاهرة ت : ٦٦٥١٠١٣ فاكس : ٦٦٥١٥٩٩

مُقَدِّمَة

مغارة على بابا .. الشافية !

عندما دخل على باب المغارة فى الأسطورة الشهيرة - وعثر على كنز الياقوت، والمرجان ، والفيروز، والزمرد، واللؤلؤ.. وصاح فرحًا.. أحمدك يا رب .. كان علي بابا على حق ، فقد وجد بالفعل كنزًا قيمًا جدًا !

إن قيمة تلك الأحجار الكريمة وقطع الكريستالات لا ترتبط بقيمتها المادية فحسب، وإنما ترتبط كذلك بما لها من خصائص كيميائية ، وفيزيائية، وهندسية فريدة جعلتها فى وقتنا الحالى إحدى صيحات التداوى من الأمراض .



فالعلاج بالكريستالات (Crystal Therapy) صار أحد مجالات التداوى العديدة التى تقع تحت بند الطب البديل (أو الطب التكميلى).. والذى يختلف إلى حد كبير فى تشخيصه وعلاجه للمرضى عن مدرسة الطب التقليدى المعتاد (طب العقار الكيميائى والمشرط الجراحى).

وأنتِ (وأنتَ) لا تحتاج للعثور على مغارة على باب للانتفاع بالفوائد العلاجية لهذه الأحجار .. وإنما يمكنك الحصول عليها بسهولة من الباعة المتخصصين فى بيع الكريستالات والأحجار الكريمة والذين يكثر وجودهم فى أسواق السيدات المزدحمة.. مثل سوق «زنقة الستات».. وكذلك عند محلات الصاغة.

وهذه الأحجار تتفاوت قيمتها المادية، وتباع بالجرامات وبعضها معتدل الثمن، وبعضها الآخر مرتفع الثمن مثل حجر اللابين الفاخر.

كما يمكنك الاعتماد على أحجار الكوارتز والتى تتميز بمجال واسع من الطاقة يناسب التداوى من كثير من المتاعب الصحية .. ولذا يسمى الكوارتز «سيِّد الأحجار الكريمة» .

وبعض هذه الأحجار تنتشر بدول عربية معينة ويمكن الحصول عليها بسهولة وبسعر مُرْض.. مثل أحجار المرجان التى تنتشر بدول الخليج.. وأحجار الفيروز التى تنتشر بسيناء بمصر (أرض الفيروز).

فلتتجمَّلى ولتتزيَّني - سيدتى - بهذه الأحجار البديعة ولتستخدميها أيضًا فى علاج متاعبك الصحية والنفسية والشعورية .. ولتجعليها كذلك جزءًا من ديكور منزلك لبث طاقة إيجابية تحث على الهدوء والاسترخاء والتفكير الإيجابى .

أما الرجل ، فله كذلك نصيب كبير من الانتفاع بالفوائد الصحية والذهنية لهذه الأحجار الكريمة .

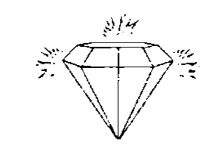
والآن ، لنبدأ رحلتنا فى الكشف عن أسرار وخبايا وفوائد تلك الكريستالات والأحجار المميزة وطرق التداوى بها .

مع تمنياتى بالصحة والسعادة

دكتور أيمن الحسينى

استشارى الأمراض الباطنة

وخبير الطب البديل



عجائب الكريستالات والأحجار الكريمة !

المادة الفريدة فى عالم الطبيعة :

الاعتزاز بقطع الكريستال (أو البللور) والأحجار الكريمة ظهر واضحًا منذ آلاف السنين بعدما أغرت الإنسان بألوانها البديعة ، وتركيبها المميز، وتواجدها المحدود فى الطبيعة .. فاستخدمها الإنسان فى أغراض شتى لقيمتها العالية ، فاستخدمها فى تزيين الجسم، وفى عمل الأحجبة والتمائم[1]، وفى أعمال السحر ، وفى الشعائر الدينية لبعض الشعوب ، كما استخدمها أيضًا فى التداوى من المرض.

وتعتبر الكريستالات والأحجار الكريمة هى أفضل نموذج فى الطبيعة لثبات وتماسك المادة وأقل نموذج فى نسبة أخطاء البناء والتكوين .

هندسة البللورة وتركيبها الفريد :

ومن الناحية التركيبية التحليلية فإن كل التركيبات الكريستالية أو البللورية تتميز بتركيب هندسى متقن محكم دقيق التحديد ومنتظم الأبعاد الثلاثية المتعامدة ، لتنظيم الذرات المكونة للمادة البللورية .

وهذا التركيب المميز هو الذى يعطى لقطع الكريستال ألوانها الفريدة المتألقة ، ويجعلها مصدرًا مشعًا للطاقة الإيجابية المؤثرة.

فالكريستالات والأحجار الكريمة لها مقدرة عجيبة على امتصاص ، وانعكاس، وإشعاع الضوء الساقط عليها فى صورة مجالات مميزة ذكية من الطاقة الثابتة التى وُجد أنها تزيد من تدفق الطاقة الحيوية بداخل الجسم العضوى الملموس (أجسامنا التى نراها أمام المرآة) وأيضًا خلال تشريحه

(١) هذه الأعمال من المعتقدات القديمة ، ولكن الدين الإسلامى يحرمها.

غير المرئى (الهالة المحيطة بأجسامنا وأقراص الطاقة وممراتها .. كما سيتضح).

طاقة البللورات الشافية !

ومن هنا تقوم فكرة التداوى بالكريستالات والأحجار الكريمة، فبإمداد الجسم بهذه الطاقة الثابتة (أو الإشعاع البللورى) بطرق معينة لجسم يعانى من خلل بالطاقة ، فإن ذلك يعيد للجسم بشكل عام تماسكه وتوازنه من جديد.. وهو ما يؤدى بالتالى للتخلص من حالة الضعف أو الارتباك فى تدفق وسريان الطاقة الحيوية .. فيستعيد الجسم حيويته من جديد ويطرد حالة الارتباك أو عدم الراحة (Dis-Ease) وهى الحالة التى أدت به فى حقيقة الأمر إلى المرض (disease). إن هذه الطاقة المميزة العجيبة للبللورات وبناء البللورات الهندسى الفريد دعا إلى وجود علم خاص لدراستها وهو علم هندسة البللورة (Geometric Crystallography) .



تختلف الكريستالات فى أشكالها وأحجامها وألوانها إلا أنها جميعًا تتميز بنفس التركيب الهندسى الفريد الذى يكسبها صفات وقدرات خاصة

وحتى نستطيع استيعاب فكرة المعالجة بالكريستالات ، أو غيرها من علاجات الطب البديل أو التكميلى، فإنه يجب أن نعرف كيف ينظر كل من الطب التقليدى والطب البديل للمرض وبالتالى كيف تتحدد طريقة الشفاء.

فى الطب التقليدى (Conventional Medicine) يتم تشخيص المرض من مجموعة أعراض (Symptoms) وعلامات (Signs) تحدده وتميزه عن غيره.. وهناك أسباب محددة معروفة لأغلب الأمراض ؛ فهناك أمراض ناتجة عن العدوى (Infection) كالعدوى بالبكتيريا أو بالفيروسات ..

وهناك أمراض مرتبطة بتغيرات كيميائية كمرض السكر الذى يصحبه ارتفاع فى مستوى الجلوكوز بالدم ، وهناك حالات مرضية ناتجة عن إصابات وغير ذلك .

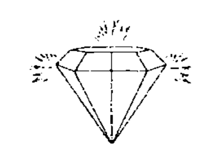
أما فى الطب البديل فإن الأمر يختلف إلى حد كبير حيث ينظر إلى الجسم نظرة شمولية ، بمعنى أن عضوًا قد يعانى علة معينة لكن سببها لا يرتبط بالعضو نفسه وإنما بحالة الجسم عمومًا . فدائمًا هناك حالة من الارتباك أو عدم الراحة (dis-ease) تنتاب الجسم كله وترتبط باختلالات عضوية، أو شعورية، أو ذهنية (عقلية) ، أو روحية تسبق وتؤدى إلى حدوث المرض disease أو جعل الشخص غير مستريح ill at ease ..

وتبعًا لهذا المفهوم فإن هذه «الحالة» ترتبط ببعض الجوانب الخاصة بالشخص نفسه.. فقد يكون سببها (أو السبب

المرضى) ناتجًا عن التفكير السلبي المحبط (Negative Thinking) ، أو المشاعر والرغبات المكبوتة (Suppressed Emotions)، أو الميول الإدمانية ، أو غير ذلك من السلوكيات غير السوية. لكن ذلك لا يعنى استثناء كل الأسباب العضوية الملموسة للمرض، كالعدوى بميكروب . ولكن فى الوقت نفسه ليس كل إنسان يصاب بميكروب أو بفيروس يكتسب المرض!

وبناء على ذلك فإن طريقة العلاج لا تعتمد على تخفيف العرض المزعج نفسه أو تقتصر على العضو موضع المشكلة ، وإنما تعمل على مداواة حالة عدم الاتزان الداخلى .. ومن أهم وسائل ذلك تقوية مسارات الطاقة والعمل على تدفقها بشكل متزن .. وهذا ما تساعد على تحقيقه طرق العلاج البديل كالعلاج بالكريستالات ، والعلاج بالألوان والعلاج بالمغناطيس ، والعلاج بالإبر الصينية ، إلخ .





تاريخ الكريستالات والأحجار الكريمة؟

أول كتابات عن الكريستالات :

الإنسان بطبيعته مغتر بنفسه وأراد منذ زمن بعيد أن يُجمل نفسه ويُميِّز نفسه بطرق شتى.. وكان من ضمن تلك الطرق استخدام الكريستالات والمجوهرات والأحجار النفيسة لأغراض الزينة .. وهذا أمر قديم جدًا يرجع إلى العصر الحجرى.

ولكن فى الحقيقة أن أول كتابات وزخارف عرفتنا ببداية استخدام الإنسان للكريستالات والأحجار الكريمة فى التداوى من الأمراض ترجع إلى زمن قدماء المصريين ، والذين تركوا كتابات بها وصفات للتداوى بالأحجار الكريمة، حيث خصصوا استخدام أحجار بعينها للتداوى من متاعب مرضية معينة .. فاستخدموا على سبيل المثال حجر المَلَخيت (Malachite) لأغراض سرعة الالتئام واكتساب الوقاية .

وفى حضارات أخرى قديمة شاع استخدام الأحجار الكريمة وارتبطت كل حضارة بنوع كان هو الأكثر استخدامًا.

فاستخدمت حضارة الأنكس الزمرد .. واستخدمت حضارة الأزتكس حجرًا زجاجيًا أسود بركانيًا .. وهو حجر الأوبسيديان (Obsidian) .. واستخدم الصينيون القدامى حجر اليشم واستخدم الهنود الحمر الفيروز.. أما السِّيلْتِيُّون (سكان غرب أوروبا القدامى) فاستخدموا الكهرمان، والكوارتز .

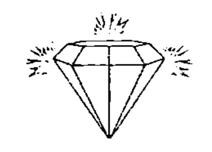
حكماء الهند القدامى :

وفى الطب الهندى (Ayurvedic Medicine) استخدم حكماء الهند منذ زمن بعيد أنواعًا مختلفة من الأحجار الكريمة ووصفوا من خلال كتاباتهم خصائص عجيبة لها .

فجاء فى الفلسفة الهندية (The Vedas) أن بعض تلك الأحجار كالياقوت الأحمر، والياقوت الأصفر ، واللؤلؤ تحدث تأثيرات فى الجسم من خلال طرق كهربية - كيميائية، أو فسيولوجية - كيميائية . ووصفوا طرق استخدامها إما عن طريق وضعها على الجسم والتزين بها وإما عن طريق تناولها عن طريق الفم على هيئة عجينة مطحونة بغرض التأثير على الغلاف المغناطيسى للجسم (الهالة) وعلى ممرات الطاقة .. وأيضًا على الجهاز الليمفاوى والأعصاب.

ولا يزال العلاج بالكريستال، وغيره من علاجات الطب البديل، من العلاجات الشائعة فى الهند والتى تنافس وسائل العلاج التقليدى.





عادات ومعتقدات حول استخدام الأحجار الكريمة

عادة ثقب الأذن ووضع الحلقان :

تعتبر هذه العادة، التى لا تزال متواجدة حتى وقتنا الحالى، من أقدم العادات التى أخذ بها الإنسان وكان الغرض منها حماية الجسم من دخول الأرواح الشريرة أو العفاريت ، فكان وضع الحلق أو الأحجار الكريمة بالأذن يهدف إلى تأمين فتحة الأذن باعتبارها منفذًا إلى الجسم !

وفى فترة حديثة نسبيًا ساد اعتقاد بأن وضع الحلقان بالأذن يحقق التوازن فى العمل بين الفص الأيمن والفص الأيسر للمخ .

وتعتبر الأذن حتى الآن من أهم أعضاء الجسم فى الطب الصينى حيث يتواجد بها الكثير من النقط التى توضع بها الإبر الصينية للتأثير على مسارات الطاقة بالجسم .

رمز السلطة والنفوذ :

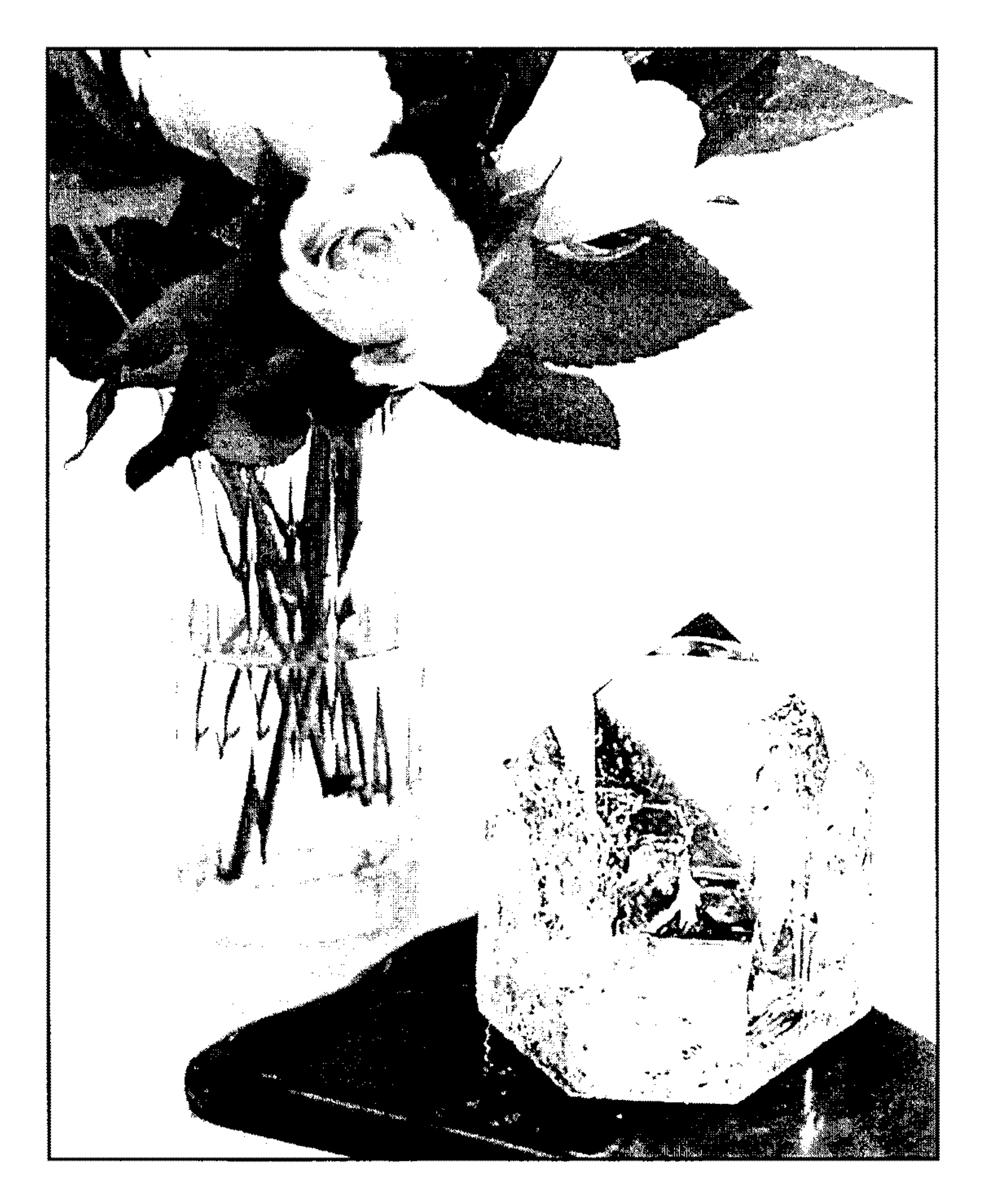
كما استخدمت المجوهرات منذ زمن بعيد بوضعها فى الأصابع (الخواتم) كرمز للسلطة أو النفوذ، وأحيانًا كرمز روحانى، كما استخدمها البعض بغرض بث الطاقة فى أجزاء معينة من الجسم.

كما شاع أيضًا منذ زمن بعيد وضع المجوهرات والمعادن النفيسة حول المعصم (الأساور).. وهناك اعتقاد بأن وضع المجوهرات أو الكريستالات حول أحد المعصمين يؤثر تأثيرًا إيجابيًا على نفس الجانب من الجسم.

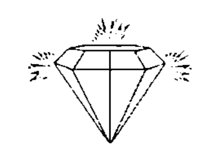
كما استخدم القادة القدامى تيجانًا من المجوهرات كرمز للأهمية والسلطة .

عادة وضع السِّوار (العقد) :

كما ترجع عادة وضع الكريستال أو الأحجار الكريمة حول العنق إلى زمن بعيد ، وهناك اعتقاد بأن وضعها فى هذا المكان الظاهر يتيح الفرصة لأن تتخلل أشعة الشمس تلك الأحجار الكريمة وتحرر ما بها من طاقة كامنة تسرى فى الجسم المادى والجسم غير المرئى (الهالة).



من العادات الصينية القديمة ما يعرف باسم : فنج شوى (Feng Shui) وهو فن ترتيب الأشياء بالمنزل بطرق معينة بغرض تقوية الطاقة الإيجابية. والكريستالات الكبيرة نسبيًا تعد من أبرز هذه الأشياء التى يمكن بترتيبها فى المنزل الحصول على طاقة إيجابية مساعدة على الاسترخاء والهدوء العقلى.



كيف تكونت الكريستالات والأحجار الكريمة ؟

مواد بناء الكريستالات :

هناك أنواع كثيرة من الكريستالات والمجوهرات والأحجار الكريمة، أغلبها مكون من معادن، وهى الأنواع التى تستخدم عادة فى التداوى (Crystal Healing) ، وبعضها مكون من مواد عضوية، وبعضها يمثل نواتج بركانية، وبعضها هو فى حقيقة الأمر عبارة عن أجزاء من أجرام سماوية أو نيازك سقطت على الأرض، وهو ما يكسبها قيمة خاصة رفيعة.

وفى الوقت الحالى أمكن معرفة التركيب الدقيق للكريستالات والأحجار الكريمة بواسطة أشعة إكس .. بينما كان هذا الفحص فى الماضى يقتصر على الملاحظة الدقيقة .

الكريستالات المعدنية :

الكريستالات من هذا النوع ترجع نشأتها إلى ملايين السنين حيث تكونت من معادن صلبة ظهرت خلال مراحل تكوين الأرض.

وتوجد هذه الكريستالات داخل صخور عتيقة تكونت من خليط من المعادن وتوصف بأسماء مختلفة حسب كيفية تكونها (Ingeous, Sedimentary, Metamorphic).

ولكى يُشكِّل المعدن الكريستالات المميزة فإن ذراته المكونة له لابد أن ترتب بصورة طبيعية بنظام خاص ثلاثى الأبعاد .. فهذا الترتيب هو سر تميز الكريستالات وإليه ترجع الخصائص الفريدة للكريستالات من حيث الصلابة ، واللون ، والتناسق .

وبعض الكريستالات قد تنشأ من معدن أو عنصر معين ولكنها تتبلور بطرق مختلفة .. هذه الظاهرة تعرف باسم : تعدد الأشكال (Polymorphism).. ومن أمثلة ذلك حجر الألماس (ماس) وحجر الجرافيت فكلاهما شكلان متبلوران لعنصر الكربون .

أنواع أخرى من الكريستالات :

والعلاج بالكريستالات يمتد ليشمل استخدام مواد أخرى طبيعية لها قيمة عالية لكنها لا تتمتع فى الحقيقة بنفس التركيب والخصائص المحددة للكريستالات كما يعرفها الجيولوجيون .

وهذه مثل :

- **الكريستالات غير محددة الشكل :**

هذه أنواع من الكريستالات تكونت بسرعة وبالتالى فإنها لم تتبلور بما فيه الكفاية .. ولذا تسمى بالكريستالات غير المتبلورة أو غير محددة الشكل (Amorphous Crystals) ومن أمثلتها الحجر الزجاجى الأسود (البركانى) أو التتيج أو الأوبسيديان (Obsidian).

- **الكريستالات كاذبة الشكل :**

وهى عبارة عن أحجار كريمة تكونت بعد حدوث استبدال لمادة معينة بمعادن لكنها لا تزال تحمل آثار المادة الأولى .. ولذا تسمى بالكريستالات كاذبة الشكل (Pseudomorphs) من أمثلة ذلك حجر الأوبال (Opal) أو عين الهر أو الشمس .. فهو عبارة عن حجر كريم نشأ بعد إحلال لأنسجة خشبية من الأشجار . السيليكا (رمل الصوان) لأنسجة خشبية من الأشجار.

الكريستالات الكونية (السماوية) :

وهى كريستالات تكونت من مواد خارج نطاق كوكب الأرض (Extraterrestrial) من أجرام سماوية أو نيازك يرجع تاريخها لنحو ١٥ مليون سنة.. أو قد تكون نوعًا بالفعل من النيازك .

من أمثلة ذلك حجر المولدافيت (Moldavite).

الكريستالات العضوية :

وهى كريستالات وأحجار كريمة نشأت من مواد عضوية .

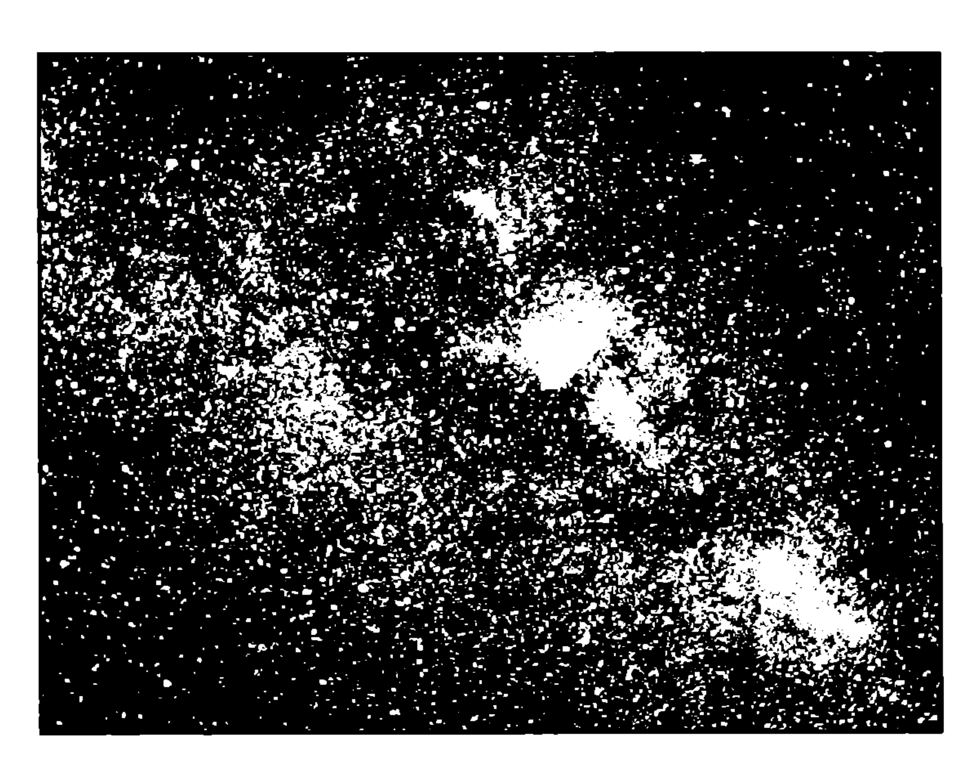
مثل الكهرمان (Amber) الذى يمثل راتنج الأشجار (الصمغ) بعد تحفُّره تحت سطح التربة.

ومثل المرجان (Coral) والذى هو عبارة عن هياكل لكائنات بحرية دقيقة تجمعت وعاشت مع بعضها وكونت ما يعرف بالشُّعب المرجانية.

ومثل اللؤلؤ (Pearl) والذى تكوَّن من المحار وغيره من الأصداف البحرية.

الكتل المعدنية الخام :

كما تستخدم أحيانًا الكتل المعدنية الخام كالنحاس (Copper Nuggets) بمثابة الكريستالات لأغراض العلاج .



اكتسبت الكريستالات والأحجار الكريمة قيمة كبيرة لارتباطها بالمواد الخام التى دخلت فى تشكيل الأرض منذ ملايين السنين وبالمواد التى دخلت فى تركيب المجرات والنيازك التى سقطت على الأرض.. بل إن بعضها فى الحقيقة أجزاء من تلك المجرات.. ولذا اعتبرت «هدية سماوية» لسكان الأرض !

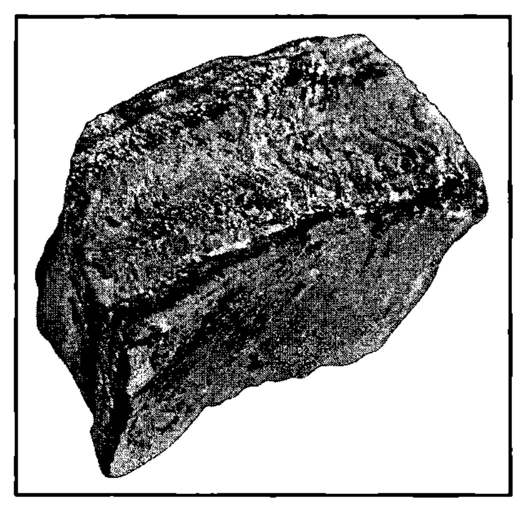


الكريستال الطبيعى والكريستال المجهز

•• هناك أشكال وأنواع مختلفة من الكريستالات :

الكريستال الطبيعى :

وهو الكريستال كما وجد فى الطبيعة وأتيحت له فرصة التكون الطبيعى دون قطع أو تهذيب.



حجر كوارتز طبيعى من نوع عين النمر (Tiger's Eye)

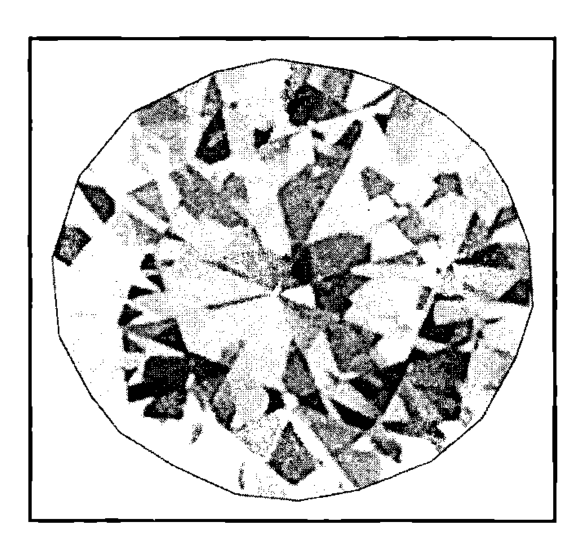
ولذا فإن الكريستالات الطبيعية (Natural) تتخذ أشكالاً مختلفة ، وقد تبلغ أحجامًا كبيرة لا يظهر معها التركيب البللورى المميز بالعين المجردة وإنما يتضح من خلال فحصها بالمجهر.

الكريستال الخام :

الكريستال الخام (Raw) هو عبارة عن قطعة أخذت من قطعة كبيرة من الكريستال الطبيعى ، لكنها لم تشكل ولم تلمع ، ولذا تتميز بشكل غير محدد وبأطراف حادة عادة .

الكريستال الناعم اللامع :

هذا نوع من الكريستال المُعالَج يتخذ شكل أحجار ناعمة ملساء (Tumbled Stones) بعد خضوعه لعملية تنعيم باستخدام الحصى وتلميع بمواد خاصة وتستخدم هذه الأحجار كمجوهرات وفى تجهيز الحلى .



حجر ماس .. أملس ناعم بعد تجهيزه

الكريستال المُسطّح :

عادة يتميز الكريستال الطبيعى بأسطح براقة سواء عند حافة واحدة أو أكثر من حافة ، وذلك عندما يستمر التكوين المعدنى دون إعاقة ويطلق على هذه الأسطح اسم النهايات أو المواضع (Termintions) .

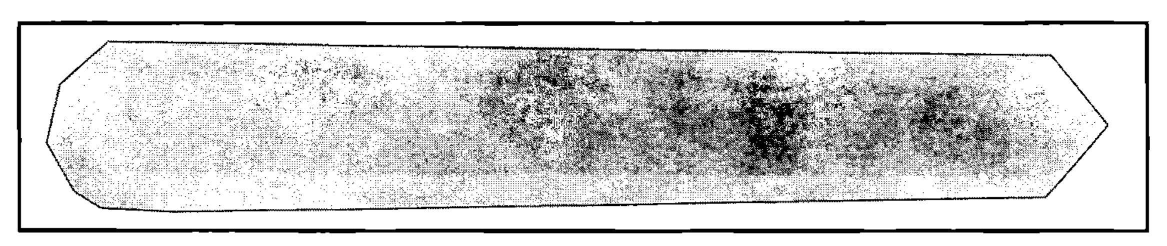
وقد تكون هذه الأسطح كبيرة أو صغيرة إلى حد لا يجعلها ترى بالعين المجردة ويمكن أن يتشكل الكريستال الطبيعى بحيث تتكون له أسطح صناعية لامعة .

ونلاحظ فى هذه الكريستالات المسطحة أن بعضها له سطح واحد عند نهايته .. بينما لبعضها سطحان عند النهايتين.. وفى المعالجة بالكريستالات، يستخدم الطرف المسطح البارز كمصدر لتوجيه الطاقة.

وفى حالة وجود سطحين أحدهما بارز والآخر غير بارز أو أقل بروزًا يكون السطح البارز موجبًا أو مذكرًا .. ويكون السطح غير البارز سالبًا أو مؤنثًا .

القضبان الكريستالية :

وهناك أشكال أخرى من الكريستالات المُجهزة على هيئة قضبان (Wands) حيث تظهر طويلة ولها ستة جوانب مستقيمة مسطحة وطرف بارز.



قضيب من الكوارتز

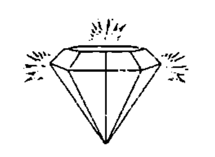
وفى المعالجة بالكريستالات تستخدم أسطح هذه القضبان كوحدات مُكثِّفة ومُحرِّرة للطاقة الشافية.

أشكال أخرى من الكريستالات المجهزة :

وهناك أشكال أخرى كثيرة من الكريستالات المشكلة المجهزة (Fashioned Cyrstals) مثل الكريستالات على شكل كرة، أو هرم، أو بيضة، أو غير ذلك.

وتجهز هذه الأشكال المختلفة بتقطيع الكريستال حسب الشكل المراد ثم تُدهن بمادة لامعة .





ألوان الكريستال الشافية !

كيف ينشأ لون الكريستال المميز ؟

لعل أكثر شىء يشد النظر للكريستالات ألوانها التى تتميز بالقوة، والثبات، والتركيز ، والجمال .. وهو ما يجعلها مناسبة ومؤثرة فى مجال المعالجة بالألوان (Color Therapy) والذى يعد أحد مجالات الطب البديل أو التكميلى .

إن ألوان الكريستالات تحمل فى حقيقة الأمر طاقة ترتبط بأقراص الطاقة (أو الشاكراز) وتؤثر عليها ، كما سيتضح .. وهذا الارتباط الطاقى (Energtic Link) هو أساس المعالجة بالكريستالات، وبناء عليه يتم اختيار كريستالات بألوان معينة بغرض بث تأثير إيجابى على طاقة الجسم من شأنه أن يعيد له توازنه ويقضى على حالة الارتباك أو عدم الارتياح (Dis-ease) التى أدت للمرض (Disease) سواء العضوى أو النفسى (الشعورى).

وترجع فعالية ألوان الكريستالات بصفة خاصة إلى تركيبها الكيميائى الذرى المميز وإلى تصميمها البللورى الذى يؤثر على الضوء المار خلاله.

والحقيقة أن لون الكريستالات المميز الأخَّاذ يرتبط باحتوائها على شوائب طفيفة بداخلها، وذلك على الرغم من اعتبارها أكمل وأنقى المواد على سطح الأرض. فالكريستال

يكتسب لونه من وجود مادة أخرى بكمية طفيفة بداخله والتى تؤدى لانعكاس الضوء بشكل معين أثناء مروره بها. ولذا فقد يظهر حجر الكوارتز الصافى بلون بنفسجى خفيف وذلك عندما يتواجد بداخله ذرات حديد .. أو بلون قرمزى عندما يختلط بذرات تيتانيوم أو منجنيز .. أما الكوارتز المُدخَّن (Smoky) المائل للون البنى فإنه يختلط بنسبة طفيفة من مواد مشعة كاليورانيوم والتى تؤثر بإشعاعاتها الطبيعية على الإشعاع الناتج من التركيب الهندسى للكوارتز مما يجعله يظهر بهذا اللون.

كما أن وجود شروخ دقيقة داخلية أو خَلْع ببعض المواضع يلعب دورًا فى انعكاسات الضوء بشكل مذهل مما يعطى للأحجار الكريمة مظهرها الجذاب.

إذن فالعيوب الطفيفة بالكريستالات والأحجار الكريمة هى فى حقيقة الأمر أحد أسرار جمالها وألوانها الجذابة !



درجة صلابة الكريستال وأهميتها :

من أكثر ما يميز الكريستال صلابته، والصلابة (Hard-ness) تُصنَّف أو تتدرج حسب قابلية الجسم أو المادة للخدش .

وفى سنة ١٨١٢ ، قام باحث ألمانى متخصص فى علم المعادن واسمه «فريدريك موس» بإجراء تقييم للصلابة ووضع معيارًا لها (Mohs Scale) .. فاختار عشرة معادن معروفة متوافرة وقام بإجراء تجربة الخدش ووضع مقياسًا تدريجيًا ..

فالمادة التي اكتسبت رقمًا أعلى عن الأخرى تميزت بدرجة صلابة عالية عنها، وبناء على هذا المقياس، اكتسب حجر التلك (الذى يُحصل منه على بودرة التلك) رقم (١) .. بينما اكتسب حجر الألماس (الماس) رقم (١٠) وكان بذلك فى نهاية القائمة.

وتقسيم الكريستالات والأحجار الكريمة حسب درجة صلابتها له أهمية فى اختيار الكريستال المناسب فى الاستعمال وفى المعالجة أيضًا.

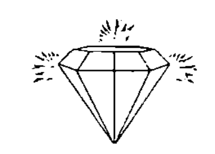
فالصلابة رقم (٧) حسب مقياس موس يمثلها حجر الكوارتز، وقد وجد أنه لابد أن يكون نوع الكريستال أو الحجر الكريم الذى يوضع أو يستخدم كحلية بهذه الدرجة من الصلابة حتى لا يتعرض للخدش والتلف.

وفى المعالجة بالكريستالات ، تستخدم كريستالات بدرجة صلابة أقل من (٥) للتداوى من المتاعب النفسية، حيث تعمل على طرد الاختلالات الشعورية بامتصاصها.. ومن أمثلتها :

- الكهرمان (Amber).
- والكهرمان الأسود (Jet) .
- والمرجان (Coral).
- والفلوريت (Flourite).
- والكالسيت (Calcite).

وإذا أردت معرفة درجة صلابة بعض الأشياء من حولك حسب مقياس موس، فالسكين وزجاج النافذة تتراوح درجة صلابتهما ما بين ٥ -٦ .. أما الأظافر فتتراوح درجة صلابتها ما بين ٢ - ٣ .. بينما تتراوح درجة صلابة الفولاذ أو الصُّلب (Steel) ما بين ٦ - ٧ .





كيف يعمل العلاج بالكريستال والأحـجار الكـريمـة ؟

الطاقة المداوية :

العلاج أو التداوى بالكريستال (Crystal Healing) ، كغيره من علاجات الطب البديل ، لا يعالج ظواهر أو أعراض المرض، وإنما يركز على الحالة التى أدت لظهور المرض.. فعندما يمرض الجسم فإنه يحاول أن يلفت انتباهنا إلى وجود خلل أو حالة من عدم الاتزان سواء كانت عضوية، أو شعورية ، أو ذهنية، أو روحية.

والكريستال والأحجار الكريمة إحدى الوسائل التى تساعد فى إعادة التوازن للجسم ، وذلك من خلال ما تحتويه من طاقات مشعة.

فعندما تُسلَّط هذه الطاقة فى أوضاع معينة تجاه الجسم فإنها تعمل على زيادة مستويات الطاقة وزيادة تدفقها مما يساعد فى إعادة الاتزان للجسم ومقاومة المرض وتنشيط عمليات الالتئام التى تجرى داخل أجسامنا بصورة طبيعية.

فهو نوع أكثر عمقًا بالنسبة للعلاجات التقليدية التى نلجأ لها كوسيلة سريعة لتخفيف الأعراض المزعجة دون اهتمام أو «استماع» كافٍ لرسائل الجسم تحت ضغوط الحياة العصرية وسرعتها المتزايدة، وتبعًا لذلك قد تخف الأعراض لكن حالة عدم التوازن داخل الجسم تظل متواجدة وتنتهز أقرب فرصة للتعبير عن نفسها مما يعيد الأعراض مرة أخرى للظهور.

ولذا فإن هذا الاتجاه العلاجى القائم على تفهُّم لغة الجسم والتعامل معه كوحدة واحدة على المستوى العضوى والعقلى والوجدانى والذى تأخذ به أغلب العلاجات البلديلة هو الأسلوب الأمثل لمقاومة المرض وخاصة الذى يتكرر ظهوره أو يميل لمهاجمة جزء معين من أجزاء الجسم ، كحالات

الصداع والصداع النفسى ومتاعب الظهر وغير ذلك .. وذلك من وجهة نظر مدرسة الطب البديل. وهذا الاتجاه الشمولى فى التعامل مع الجسم ومحاولة إعادة التوازن العام إليه يأخذ فى الاعتبار أهمية البيئة التى نعيش خلالها أو الأشياء المحيطة بنا. فما يجرى داخل منازلنا وأماكن عملنا له تأثير قوى على حالتنا الصحية، وربما كان سببًا فى الإصابة بمتاعب صحية تستمر على المدى البعيد.

ولذا فإن استخدام الكريستالات لتحسين ظروف البيئة ومقاومة تأثيراتها السلبية يمكن أن يكون له أثر كبير فعال فى إحساسنا بالصحة وحسن البقاء. فوجود حجر كريستال ضخم بالمكان يشعُّ به طاقة إيجابية!

عوامل خفية تصيبنا بالمرض !

دعنا نوضح أبرز تلك العوامل البيئية التى تلعب دورًا مهمًا في التأثير على صحتنا، واستخدام الكريستالات والأحجار الكريمة المناسبة فى مقاومة تأثيراتها علينا.

- **عامل التلوث :**

وهذا يتمثل فى ملوثات البيئة من الكيماويات الضارة والسموم التى نتعرض لها بجرعات متفاوتة من خلال الهواء أو ماء الشرب، أو من خلال الغذاء غير الصحى.. وتزيد خطورة هذا العامل مع التوتر الذى نكتسبه من خلال المعيشة فى المدن المزدحمة.

■ **العلاج المضاد :**

تناوُل «روح البللورة» يوميًا وخاصة المأخوذ من حجر السلينيت أو حجر الألماس يعمل كدواء مضاد للملوثات للسموم **(Detoxifying Crystal)** .. كما سيتضح فيما بعد .

• عامل الموجات الكهرومغناطيسية :

لقد صرنا فى الوقت الحالي نعيش وسط كم هائل من المجالات الكهرومغناطيسية (Electromagnetic Fields= EMFS) والناتجة عن كل جهاز يدار بالكهرباء، بما فى ذلك أجهزة الهواتف المحمولة أو الجوالة. لقد وجد أن هذا التعرض المتزايد لهذه المجالات يؤدى مع الوقت إلى التأثير السلبى على غلافنا الحيوى - المغناطيسى أو طاقتنا المغناطيسية الطبيعية وهى الهالة (Aura)، وهو ما يؤدى بدوره للتأثير السلبي على جسمنا العضوى.

وفى الوقت الحالى أصبح هناك تعبير متداول وهو : الضباب الكهرومغناطيسى (Electromagnetic Smog).. والذى يشير فى مفهومه إلى زيادة ما صرنا نتعرض له من مجالات كهرومغناطيسية .. وهذا «الضباب» صار يعتبره الكثيرون مرتبطًا بإصابتنا بأمراض كثيرة.

■ العلاج المضاد :

يستخدم حجر التورمالين الأسود (Tourmaline) كمضاد لهذه الموجات حيث يعكسها تجاه الأرض.

• عامل الضغوط الأرضية :

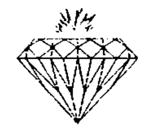
فى الوقت الحالى صار هناك ما يعرف بتسمية : الضغوط المرضيـة المرتبطة بالأرض (Geopathic Stress = GS) والتى تتحرك فى صورة خطوط أو اهتزازات أو موجات دقيقة غير محسوسة ترتبط بالأنهار، أو بالاختلالات الموجودة بطبقة الأرض السفلى ، أو بالتجمعات الكثيفة للمعادن بباطن الأرض.

وقد ترتبط هذه الضغوط الأرضية بإصابة بعضنا بأمراض ومتاعب صحية (GS - Related Illness) مثل الصداع النصفى، والتعب العام، والاكتئاب، والكوابيس ، والأوجاع العامة.

ولأن هذه الموجات دقيقة وضيقة إلى حد كبير، فإنه قد يمكن تفادى التعرض لها، فى حالة الشكوى من المتاعب السابقة، بمجرد تحريك الفراش عن مكانه أو وضعه بركن آخر من الحجرة.

■ **العلاج المضاد :**

يمكن الاستدلال على مكان وجود هذه الموجات باستخدام «بندول الكريستال» على مسطح من أرض المبنى، وبالتالى يمكن تفاديها (كما سيتضح).



أجسامنا غير المرئية !

جهاز الطاقة المسئول عن إحساسنا بالصحة وخضوعنا للمرض!

ليست أجسامنا كل ما نراه أمام المرآة أو ما نكشف عنه من الداخل من خلال إجراء عملية التشريح ، كأعضاء القلب والكبد والطحال.. إلخ . وإنما هناك مكونات أخرى خفية تمثِّل جهازًا للطاقة غير المرئية (Subtle - Energy) تمتد داخل وخارج الجسم . وعلى الرغم من صفتها غير المادية أو غير الملموسة إلا أنها على ارتباط وتأثير بأجهزة الجسم العضوية.

وهذه تشتمل على ثلاثة مكونات وهى :

- **الهالة (Aura) ..**

(أو الفَوْحة، أو الروح ، أو قوة الحياة ، أو المجال المغناطيسى ، أو المجال الحيوى - المغناطيسى ، أو الجسم الأثيرى ، أو الجسم الروحى).

- **مسارات الطاقة (Meridians):**

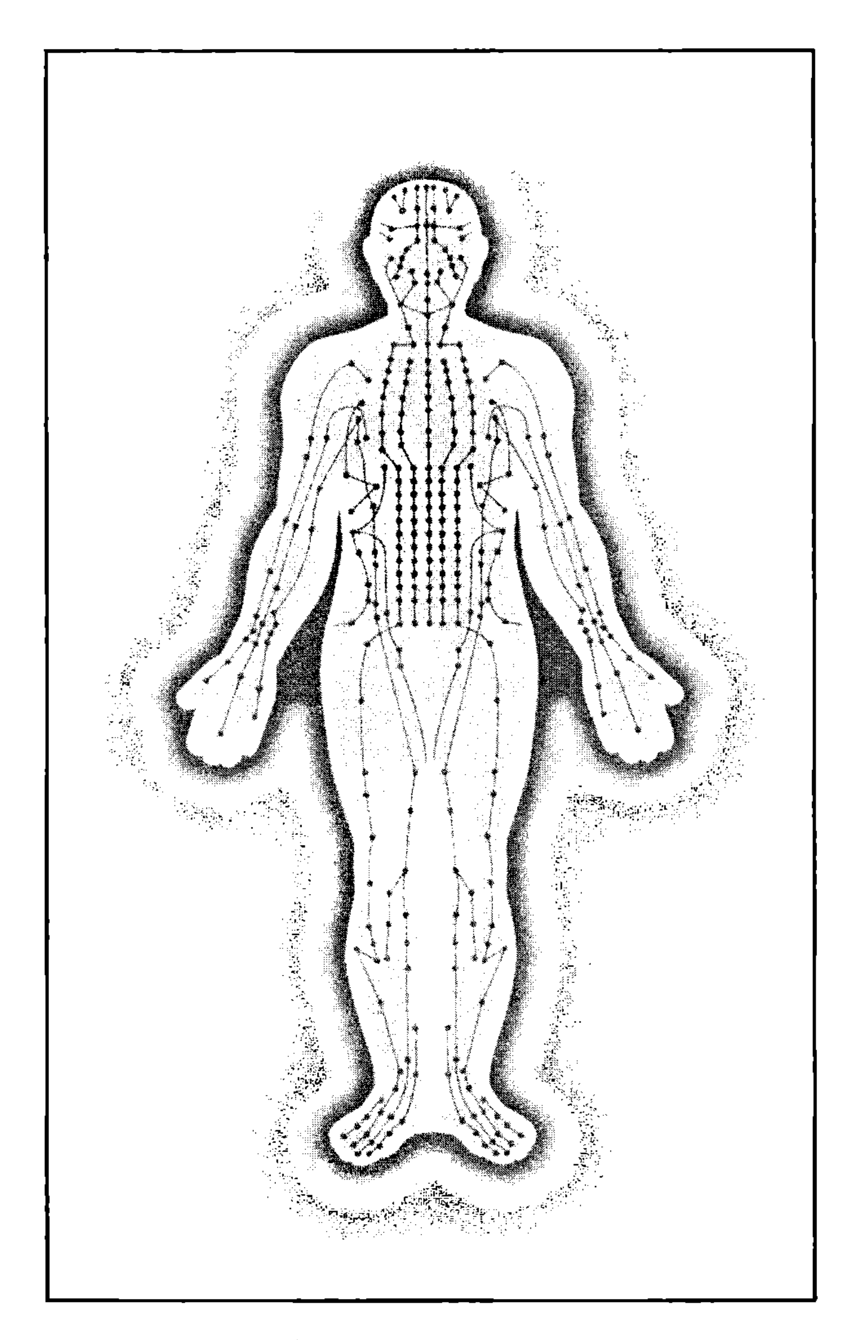
(أو الممرات التى تسرى وتتدفق خلالها الطاقة).

- **تشاكراز (Chakras) :**

(أو أقراص أو عجلات الطاقة).

وهذه المكونات الثلاثة لجهاز الطاقة تمثل أجسامنا غير المرئية أو غير العضوية (non - Physical Bodies) .. (Subtle - Bodies).

الطاقة فى الطب التقليدى :



جسمك غير العضوى الذى لا تراه

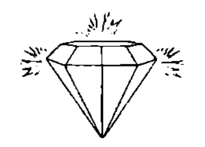
وهذا الجهاز الخاص بالطاقة (أو أجسامنا غير المرئية) لا وجود له فى الطب التقليدى (طب العقار الكيماوى والمشرط الجراحى) وبالتالى لا يعترف أيضًا بارتباط اختلالاته بحدوث المرض وبالوسائل العلاجية التى

تدعمه وتقويه بغرض تحقيق الشفاء .. وهى الوسائل التى تدخل تحت نطاق الطب البديل أو الطب التكميلى .. وذلك على الرغم من إمكانية الاستدلال على وجود الهالة بطرق تصويرية معينة .. (Kirlion Photography)..

وعلى الرغم أيضًا من تحقيق وسائل الطب البديل لنجاحات فى التداوى من كثير من الأمراض والمتاعب الصحية .. وهو ما دعا بعض أطباء مدرسة الطب التقليدى للاهتمام بدراسة الطب البديل وممارسة علاجاته وفنونه.

أما الطاقة فى الطب التقليدى ، فليس لها جهاز تدور خلاله، وإنما هى تتولد من خلال عملية تمثيل وحرق الغذاء داخل خلايا الجسم . فالطعام وحده فى الطب البديل هو مصدر الطاقة .. وهو شىء واضح ملموس كباقى مفردات مدرسة الطب التقليدى .





الـهـالة الـمـحيطـة بأجسامنا ولا نراها !

ما المقصود بالهالة ؟

الهـالـة التى نقـصـدها هى كلمـة (Aura) بالإنجليـزية وهى كلمـة مشتقة من كلمـة (Avra) باليونـانية ومعناها : النسيم أو نسمة.

فالهالة عبارة عن مجال نابض متوهج من الطاقة يحيط بأجسامنا.. وهى طاقة مغناطيسية أو طاقة حيوية - مغناطيسية (Biomagnetic Energy) على ارتباط بالمجال المغناطيسى للأرض التى نعيش فوقها.

والهالة ليست اكتشافًا حديثًا ، فمنذ زمن بعيد اعتقد الناس أن لكل إنسان منا هالة أو فوحة تميِّزه، وأن صاحب الهالة القوية له بالتالى تأثير قوى على الآخرين .

والهنود أكثر من تحدثوا عنها وآمنوا بوجود تلك الهالة منذ مئات السنين، ففى اللغة السنسكريتية أو الهندية الفصحى (Sanskrit) تصف كلمة : كوساس (Kosas) هذه الهالة بأنها غطاء أو غلاف للجسم .

لكن مفهوم هذه الهالة كمجال مغناطيسى مُشع يعتبر مفهومًا حديثًا نسبيًا من مفاهيم الطب البديل الحديث والتى تختلف عن مفاهيم الطب التقليدى فى تفسيرها للصحة والمرض بل ولخصائص الجسم البشرى.

● **تركيب الهالة :**

وتتكون هذه الهالة من سبع طبقات أو سبعة مستويات يرتبط كل منها بواحدة من الشاكراز السبعة (كما سنعرف).

وأدنى هذه الطبقات هى الجسم المرئى نفسه .. ثم تتوالى باقى الطبقات بشكل أكثر لا مرئية وأكثر إشعاعية بالابتعاد عن الجسم .

وتبدو صورة الهالة أشبه بضباب ملتف يحيط بالجسم غير محدد الشكل، ويبدو فى مناطق أشبه بقمم هرمية .. ويبلغ سمك الهالة فى المتوسط ١٥ - ٣٠ سم .

● **الهالة القوية :**

وهذه الهالة ليست فى الحقيقة مجالاً ثابتًا وإنما تتغير بتغير أفكارنا، ومزاجنا، وبيئتنا، وكذلك بحالتنا الصحية.

فالصحة الجيدة، والمعنويات المرتفعة، والناحية الروحية القوية أشياء تقوى الهالة وتجعلها أكثر إشعاعًا.

● **الهالة الضعيفة :**

أما اضمحلال هذه الهالة أو تشوُّهها باختزالها فى بعض المناطق فهو يدل على سوء الحالة الصحية ، أو التمسك بالأفكار السلبية، أو التعلق بإدمان بعض المواد، أو زيادة حجم التلوث البيئى ، أو سوء الحالة أو العادات الغذائية ، أو غير ذلك من السلبيات .

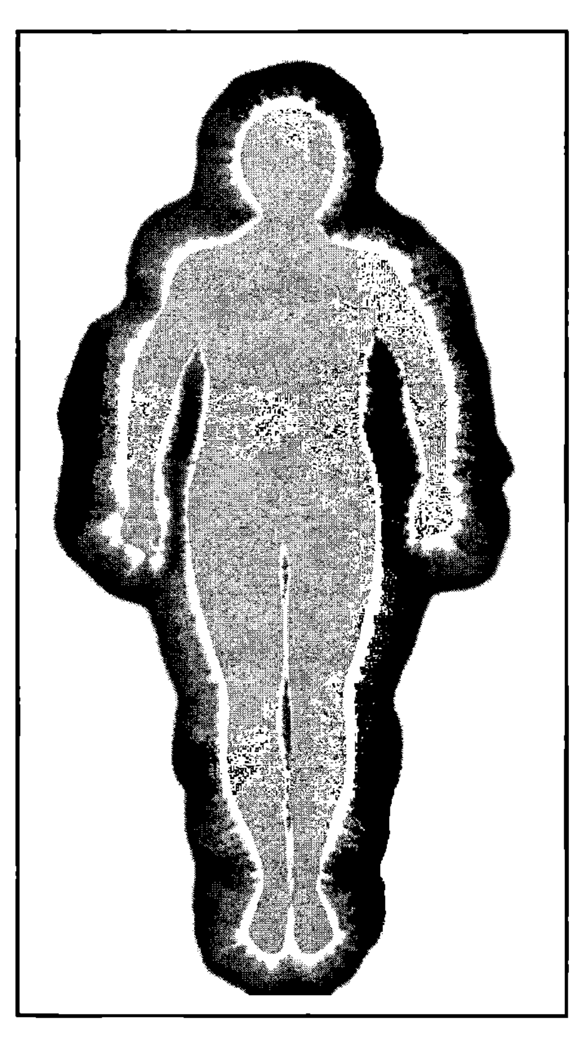
ويمكن بالعلاج بالكريستالات والأحجار الكريمة تقوية هذه الهالة المتعبة المتخازلة بشكل يعيد للجسم طاقته الطبيعية من جديد .

شخصيتك فى هالتك !

والهالة التى تحيط بكل منا لها خصوصيتها وشكلها المميز، فالهالة أشبه ببصمة الأصبع لا تتكرر بين اثنين أبدًا ، ولكن من المحتمل أن تتأثر هالة بأخرى.

إن أصحاب الشخصية القوية المؤثرة، من مفهوم دراسة الهالة، هم الذين يتميزون بهالة قوية ممتدة أو مجال مغناطيسى قوى يجعل الآخرين ممن لهم مجال مغناطيسى محدود يقعون تحت تأثيرهم وينجذبون إليهم، وهى نفس فكرة التنويم المغناطيسى ، حيث يقع شخص قابل للإيحاء تحت تأثير آخر مؤثر بسبب الفارق الكبير بين قوة هالة الاثنين.

فالهالة القوية تجذب لمجالها.. والهالة الضعيفة تطرد عن مجالها أو لا تؤثر.



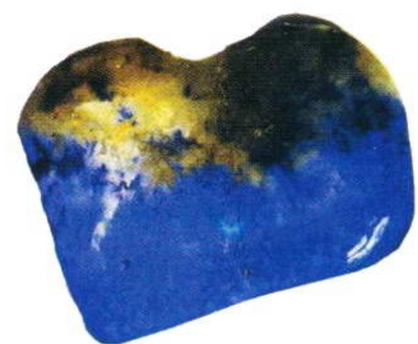
شكل الهالة الأشبه بالضباب وبها قمم بارزة هرمية
الشكل فى بعض المواضع



الجمشت لعلاج الأرق



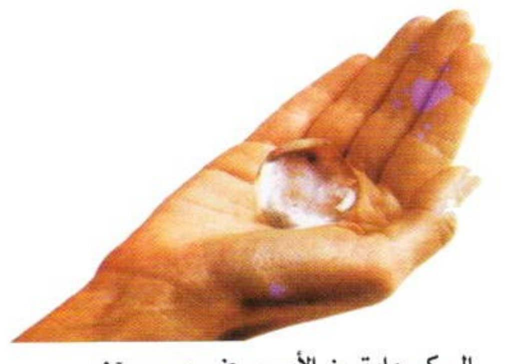
الألماس لتلطيف المشاعر



حجر لابيس يقاوم القسوة



العقيق الأخضر tourmaline لعلاج المشاعر الأنانية والغيرة والغيظ



الكوارتز الأبيض مبرد للمشاعر الساخنة



الزمرد لعلاج القلب



حجر القمر لعلاج السلبية



أحجار حمراء لعلاج الاتزان



النحاس لعلاج الإجهاد



التوباز الذهبي يساعد
في تدفق الطاقة



الكوارتز الصافي لعلاج
الحساسية لبعض الأوضاع



يتم تنظيف الكريستالات بوضعها
تحت ماء نقي ينساب من صنبور
للتخلص من أي طاقة سلبية عالقة



بندول الكوارتز مع سلسلة من الفضة لعلاج نوبات الصرع



الليبيدوليت لعلاج الجهاز العصبي



الأبوفوليت لعلاج فتور المشاعر



الياقوت الأحمر يجدد الرغبة في الحياة



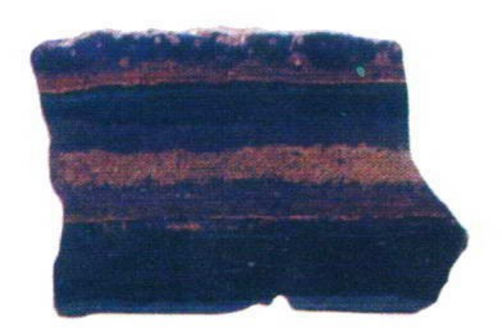
الهيميمورفيت لعلاج حب التملك



الهاليت لمقاومة الإحساس بالذنب



حجر الشمس لمقاومة الإحساس بالحرمان



السوجيليت للإحساس بالأمان



المورجانيت لضبط التنفس



وضع كريستالة في اليد يساعد في تهدئة الانفعالات، وحسن التدبر



فائدة أخرى للكريستالات حيث يمكن وضع واحدة منها فوق شاشة جهاز الكمبيوتر لعمل توازن بيني وتبديد الطاقة السالبة



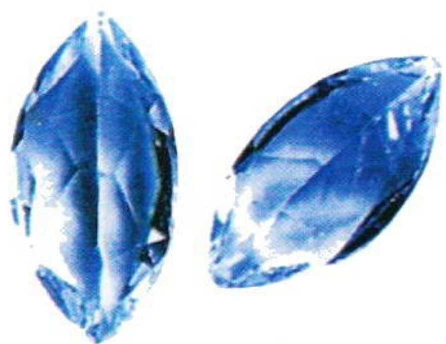
العقيق الأحمر (Carnelian) للمساعدة في حدوث الحمل



حجم اليشم يهدئ القلب ويقلل الإثارة



المولدافيت يساعدك في الوصول إلى أعماق بعيدة من الأحاسيس النفسية والقدرة على الإدراك والوعي



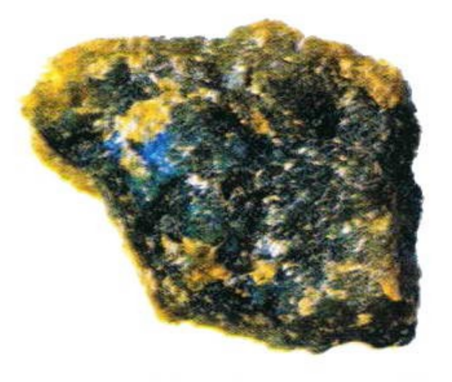
الزبرجد الأزرق يفيد في علاج الحلق والأحبال الصوتية



السَّبَج يبدد الخوف



عين النمر تساعد في إضفاء الهدوء والسكينة والاسترخاء



اللابرادورايت يذكرك بكل تغيرات الطبيعة لحظة بلحظة حيث يساعدك في استدعاء الأحداث الماضية في ذاكرتك



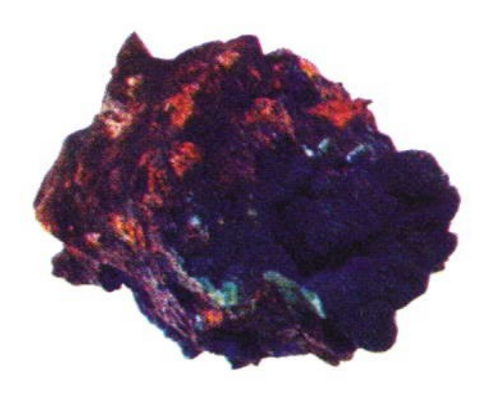
الكريسوكولا يساعد في جلاء
الصوت وحلاوته لأن له تأثيرا
على التجويف الصدري



الصوداليت يساعد على التركيز
والفهم ولذلك يفضل وضعه بالقرب
من مكان القراءة والاستيعاب



حجر الفلورايت البنفسجي
يجعل الإنسان
يتخلص من آثار التعب والإجهاد



الملكيت لعلاج الحموضة
وإعادة التوازن الداخلي



التركيز مع الأحجار يمنح الوعي
والإدراك الهادئ بعيدًا عن
أية مؤثرات خارجية


العقيق لعلاج ضغط الدم المرتفع


الأوبال لتقوية المشاعر


اللوليت لعلاج السمنة


البذور لتقوية المناعة


الأباتشي لعلاج الأنف


الكوارتز المدخن لعلاج الصداع



الكوارتز البمبي لعلاج المشاعر السلبية



حجر القمر لتخفيف آلام الدورة



الياقوت الأزرق لشحن الجسم بالطاقة



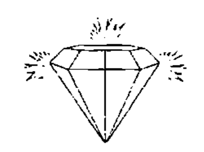
الكهرمان يساعد في رفع الروح المعنوية ويمد بالنشاط والحيوية



السترين له تأثير مفيد على الأجزاء الداخلية للجسم (مثل الكبد والكلى والمثانة البولية)



الزبرجد الزيتوني ينشط القلب ويقلل الإحساس بالإجهاد



ممرات الطاقة المتفرعة داخل أجسامنا

الطاقة الحيوية :

فى الطب البديل (الطب الصينى والهندى) تتمثل الصحة أو الحيوية فى صورة طاقة تمضى خلال مسارات معينة.. فالطاقة المتدفقة المتوافقة فى مساراتها دليل على الصحة الجيدة .. أما عندما تضعف هذه الطاقة ولا تتدفق ولا تتوافق مع بعضها فى مساراتها فإن ذلك يعد دليلاً على تدنى الحالة الصحية أو المرض.

وتسمى هذه الطاقة بمسميات مختلفة، ففى الطب الصينى تسمى : تشى (Chi) أو كى (Qui) .. وفى الطب الهندى تسمى : برانا (Prana) .. وفى الطب التبتى (نسبة إلى هضبة التبت) تسمى : لنججوم (Lunggom) .. أما أنصار ديانة الشينتو (Shinto) اليابانية فيسمونها : ساكيا - توندرا (Sakia- Tundra).

ومعنى كل هذه التسميات المختلفة هو «الطاقة الحيوية» أو «قوة الحياة».

وهذه الطاقة الحيوية تمضى فى مسارات محددة ، وفى اتجاه تدفق ثابت، وهى بذلك أشبه بالجهاز الدورى الذى ينقل الدم من القلب للشرايين ثم للأوردة وفق دورة محددة هى الدورة الدموية .

وتسمى هذه الممرات فى الطب الصينى بمسارات الطاقة (Meridians).

وفكرة هذه المسارات هى نظرية صينية قديمة جدًا ، ونقول نظرية لأننا لو قمنا بتشريح الجسم فلن نجد أمامنا مسارات عضوية ملموسة . وقد جاءت كلمة «مسارات» من المصطلح الصينى : جنج - لو (Jing-Lou) .. فكلمة «جنج» معناها : يمضى خلال .. وكلمة «لو» معناها : شىء يربط أو شبكة.

وبناء على هذا التوضيح السابق فيمكن أن نقول باختصار : «إن تشى (الطاقة الحيوية) تمضى خلال جنج - لو (ممرات) مثلما يمضى الدم خلال الأوعية الدموية».

الإبر الصينية :

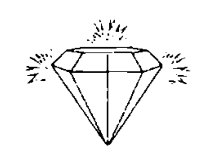
والطب الصينى يعتمد اعتمادًا أساسيًا على هذه الطاقة السارية خلال الممرات . ففى مجال العلاج بالإبر الصينية تستخدم الإبر لفتح مسارات الطاقة المقفلة لتحقيق التدفق الطبيعى المتوازن مما يقهر الحالة المرضية ويعيد للجسم حالته الصحية الأولى .

الشياتسو اليابانى :

وفى مجال العلاج بالشياتسو (**Shiatsu**) ، وهى طريقة يابانية للمعالجة بالأصابع، يستخدم الأصبع للضغط على مسارات معينة مقفلة لإعادة تدفق الطاقة من جديد والشفاء من المرض الموجود.. أي تستخدم الأصابع بدلاً من الإبر الصينية .

وباستخدام نفس هذا المفهوم يستخدم العلاج بالكريستالات للتأثير على مسارات الطاقة.





دوائر الطاقة بجسمك - تشاكراز

أقراص الطاقة السبعة :

تشاكرا (Chakra) كلمة هندية فصحى (اللغة السنسكريتية) معناها : عجلة أو قرص (Disk) كأقراص الكومبيوتر .

وهذه الأقراص «الوهمية» تمتد بطول العمود الفقرى.. ويتصورها حكماء الطب الهندى والصينى على أنها مخروطية الشكل تنصب وتدور بداخلها طاقة الضوء المتعددة الألوان بشكل أشبه بالدوامة أو الدردور .

فهى مراكز لتجمع الطاقة التى يحملها الضوء بألوانه المختلفة (ألوان الطيف).. ولذا فإن هذه الدوائر ترتبط بفكرة العلاج بالألوان أو بطاقة الألوان والذى يمثل فرعًا من فروع الطب البديل الحديث .

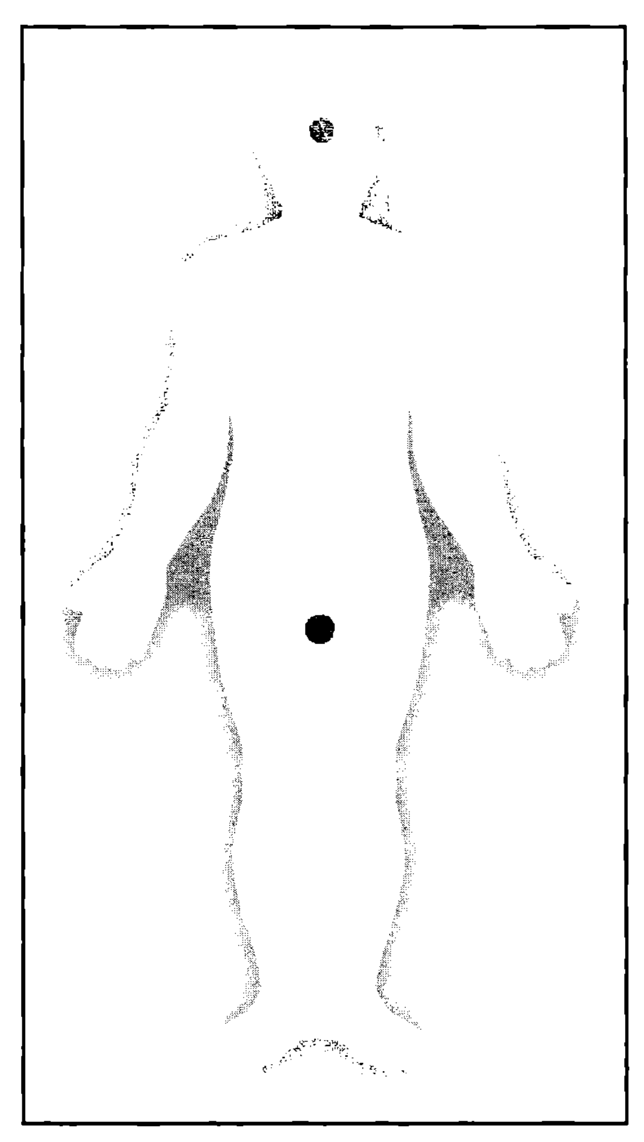
ويبلغ عدد أقراص الطاقة سبعة أقراص يرتبط كل منها بلون معين أو يتأثر بطاقة لون معين.. وداخليًا يرتبط كل قرص بعضو معين من أعضاء الجسم أو غدة معينة من غدد الجسم الصمَّاء (الغُدد المفرزة للهرمونات).

ولذا فإن هذه الأقراص فى الطب البديل ترتبط بالصحة البدنية، وبالصحة النفسية أيضًا ، كما ترتبط بالنواحى الروحية والوجدانية والشعورية.

كما يمكن اعتبار هذه الأقراص بمثابة «مُحوِّلات» تستقبل الطاقة اللونية وتحولها إلى تغيُّرات كيميائية ، وهرمونية ، وخلوية (ترتبط بخلايا الجسم) داخل الجسم.

وكل قرص من هذه الأقراص يُشع بترددات مختلفة.

وبناء على هذا المفهوم فإنه يمكن التأثير على هذه الأقراص المُخزِّنة للطاقة اللونية بألوان الكريستالات المختلفة حسب كل لون يرتبط به كل قرص من هذه الأقراص .



مواضع أقراص الطاقة بأجسامنا (تشاكراز) والألوان المرتبطة بها.

أنواع أقراص الطاقة ومواضعها :

- **القرص الجذرى (The Root Chakra):**

المكان : يوجد بنهاية العمود الفقرى (سلسلة الظهر) ولذا يسمى كذلك بقرص القاعدة (**Base**).

الاسم الهندى : مولادهار (Muladhara).

اللون المرتبط به : الأحمر.

الغدة (أو الجزء) المرتبط بها : منطقة العجان (فيما بين الشرج والفرج).

- **القرص العجزى أو العصعصى (The Sacral Chakra):**

المكان : يوجد بالأعضاء الجنسية (التناسلية) ويقابل منطقة العجز أو العصعص بالعمود الفقرى.

الاسم الهندى : سفادهيثانا (Svadhisthana) .

اللون : يرتبط باللون البرتقالى .

الغدة المرتبط بها : الكظر (أو الغدة فوق الكلوية).

- **قرص الضفيرة الشمسية (The Solar Plexus Chakra):**

المكان : يوجد بمكان الحجاب الحاجز.

الاسم الهندى : مانيبورا (Manipura).

اللون : يرتبط باللون الأصفر .

الغدة المرتبط بها : الغدد الليمفاوية .

- **قرص القلب (The Heart Chakra):**

المكان : يوجد بمنطقة القلب .

الاسم الهندى : أناهاتا (Anahata).

اللون: يرتبط باللون الأخضر.

الغدة المرتبط بها : غدة التيموس (غدة صغيرة خلف عظمة منتصف الصدر ترتبط بالجهاز المناعى).

- **قرص الزُّور (The Throat Chakra):**

المكان : يوجد عند قاعدة الزور (الحَلْق) .

الاسم الهندى : فيشودها (Vishuddha).

اللون : يرتبط باللون الأزرق الفاتح .

الغدة المرتبط بها : الغدة الدرقية .

● **قرص العين الثالثة (The Third Eye Chakra) :**

المكان : يوجد فيما بين وأعلى قليلاً من العينين .. أو بمنتصف الجبهة (ولذا يسمى كذلك قرص الجبهة).

الاسم الهندى : أجنا (Ajna).

اللون : يرتبط باللون الأزرق الغامق (أو النيلى) .

الغدة المرتبط بها : الجسم الصنوبرى (غدة صغيرة داخل الجمجمة).

● **قرص التاج (The Cromn Chakra):**

المكان : يوجد بمكان وضع التاج .. أى بأعلى الرأس .

الاسم الهندى : ساهاسرارا (Sahasrara) .

اللون : يرتبط باللون البنفسجى .. كما يتأثر باللون الأبيض الذى يجمع طاقات الألوان المختلفة .

الغدة المرتبط بها : الغدة النخامية .

دورة الطاقة :

بالإضافة لمراكز أو أقراص الطاقة السبعة الرئيسية السابقة فإن هناك مراكز أخرى صغيرة تقع داخل وخارج الجسم لكنها أقل أهمية .

والطاقة التى تستقبلها وتخزنها وتعالجها هذه المراكز السبعة تمر خلال قناة رئيسية للطاقة توجد بداخل العمود الفقرى تسمى فى الطب الهندى : سوشومنا (Sushumna) ، وتمر الطاقة منها إلى ممرات الطاقة العديدة بالجسم.

ويمكن تشبيه هذه القناة الرئيسية بالشريان الأورطى الذى يستقبل الدم من القلب ثم يوزعه على العديد من الشرايين المتفرعة الأقل حجمًا منه.

الوظائف الخفية للهرمونات فى الطب البديل

ما المقصود بالغدد الصماء ؟

يطلق على الهرمونات تسمية : حاملات الرسائل الكيميائية (The Body's Chmical Messengers) .. فالهرمونات عبارة عن كيماويات تفرزها غدد معينة بالجسم تسمى بالغدد الصمَّاء (لأنه لا توجد لها قناة فهى صمَّاء.. وتمر إفرازاتها مباشرة إلى تيار الدم).. وهذه الهرمونات تلعب دور المُبلغ أو حامل الرسائل فتقول لعضو معين «افعل كذا أو لا تفعل كذا».. فهى إذن تحفِّز أو تثبط بناء على ما تتطلبه الأمور الداخلية بالجسم.. إذن فالهرمونات تلعب دورًا خطيرًا فى تنظيم وظائف الجسم كالهضم، وتمثيل الغذاء، والتناسل ، وغير ذلك.. بل إنها بهذه الوظيفة المهمة تؤثر على صحتنا العامة وحالتنا النفسية والشعورية وتوازننا بوجه عام. ولذا فإن أى تغير أو اضطراب بها (كنقص أو زيادة مستواها بالدم) يؤثر على الجسم كله ويسبب أعراضًا مختلفة.

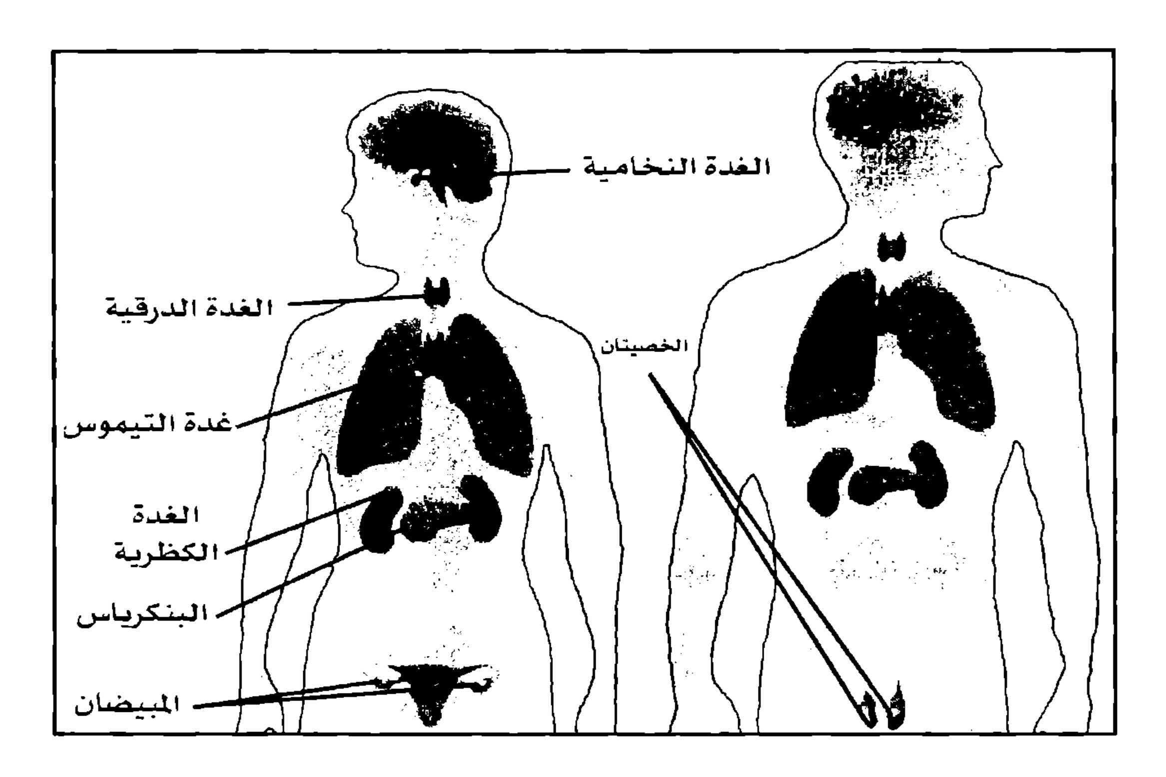
وفى الطب التقليدى يُنظر للأمور نظرة كيميائية بحتة فكل شىء بما فى ذلك وظائف الهرمونات مرتبط بتفاعلات كيميائية.

أما فى الطب البديل الحديث ، فإن الهرمونات لا تمثل مُجرد مواد كيميائية، وإنما تعتبر بمثابة قوة دافعة للحياة (Life - Giving Force) وترتبط ارتباطًا وثيقًا بطاقة الجسم، ولذا فإن وظائفها فى الطب البديل تتعدى حدود وظائفها فى الطب التقليدى ، بل إن تولُّدها نفسه يرتبط بطاقة الجسم ولا يقتصر على مجرد التفاعلات الكيميائية .

وهذه الوظائف الأخرى للهرمونات يمكن تسميتها بالوظائف الطاقية غير الملموسة (Subtkle - Energy Functions) .

الغدد الصماء وهرموناتها المختلفة :

والآن دعنا نوضح وظائف هذه الهرمونات التى تفرزها الغدد الصماء والتى ترتبط بتأثيرات عضوية ملموسة وأخرى غير ملموسة .



• الغدة النخامية :

الغدة النخامية (Pituitary Gland) والموجودة بقاع الجمجمة تعمل بمثابة «المايسترو» حيث تدير وتنظم عمل الغدد الصماء الأخرى. كما تفرز هرمونات تختص بالنمو البدنى والجنسى.

كما تمتد وظائفها غير الملموسة المرتبطة بالطاقة إلى التأثير على الوظائف الذهنية كالفهم، والاستيعاب ، والتذكر، والتمييز . ولذا فإن نقصها يتسبب فى التشتت، والتردد، والنسيان ، والميل للاكتئاب، وأيضًا فى التعب المزمن وزيادة الحساسية للملوِّثات .

• الجسم الصنوبرى :

وهو غدة صغيرة أشبه بثمرة الصنوب (Pineal Gland) داخل الجمجمة

تختص بإفراز هرمون الميلاثونين والذى ينظم إيقاع الأحداث الداخلية بالجسم، أو ينظم ساعتنا البيولوجية، كالاستجابة للنوم والاستجابة لليقظة.

كما تمتد وظائفها إلى التأثير على البصيرة ، والإلهام، والتخيل، والتفاعل مع الآخرين .

ولذا فإن نقص هذا الهرمون يرتبط كذلك بصعوبات التعلُّم، والهلاوس، والكوابيس ، والصداع .

الغدة الدرقية والغدد جار الدرقية :

الغدة الدرقية (Thyroid Gland) هى غدة واحدة لها فصَّان توجد بمقدمة العنق ويجاورها ثلاث غدد صغيرة تسمى بالغدد جار الدرقية (Parathyroid Glands).

والغدة الدرقية تفرز هرمونين يسيطران على عملية التمثيل الغذائى ومستوى الطاقة المتحررة من الغذاء .. أما الغدد جار الدرقية فتسيطر على مستوى الكالسيوم بالدم.

لكن هذه الغدد عامة لها أيضًا وظائف غير ملموسة حيث تؤثر على مهارة الابتكار، والتعبير عن النفس، والاتصال بالآخرين .. ولذا فإن نقص هرموناتها يقود إلى سوء العمل والإنجاز، وضعف القدرة على التعبير عن المشاعر ، ونقص المقدرة على الابتكار .

غدة التيموس :

غدة التيموس (Thymus Gland) وهى غدة صغيرة خلف عظمة منتصف الصدر تمثل جزءًا من أجزاء الجهاز المناعى .. حيث تساعد هذه الغدة فى إنتاج كرات الدم البيضاء التى تهاجم الجراثيم والميكروبات التى تدخل أجسامنا.

ولكن لهذه الغدة وظائف أخرى غير ملموسة حيث تؤثر على العاطفة وإحساسنا بالحب وما نكنه من مشاعر تجاه الآخرين.

ولذا فإن نقص إفرازاتها يقود إلى الإحساس بالخوف من الغدر والخيانة، والإحساس بالارتباك أو نقص الطمأنينة وربما يقود نقصها إلى المالیخولیا (Melanchilia) وهو نوع من الاكتئاب يوصف كذلك بجنون الصمت.

الغدة الكظرية :

هناك غدتان كظريتان (A drenal Glands) تقع كل منهما فوق كُلية .. وتفرز هرمونات الأدرينالين والنورأدرينالين والكورتيزون الداخلى .. والنوعان الأولان هما المسئولان عن ظاهرة «الشجار أو الفرار» (Fight or Flight Phenomenon).. بمعنى أننا عندما نتعرض لموقف عصيب فإنه تحدث تغيرات بالجسم، كزيادة النبض ، وارتفاع الضغط، وزيادة تدفق الدم للعضلات، تجعلنا مستعدين للفرار بعيدًا عن الموقف العصيبى أو التعامل معه (الشجار).

أما الكورتيزون فإنه ينظم ضغط الدم، وعملية التمثيل، وله تأثيرات مضادة للالتهابات.

وهرمونات الغدة الكظرية لها أيضًا وظائف غير ملموسة فهي تؤثر على إحساسنا بالواقع ، وقدرتنا على التماسك والحفاظ على النفس ، بل تؤثر على قدرتنا على البقاء والحياة .

ولذا فإن نقص هذه الهرمونات يرتبط بنقص الاستجابة والبلادة الذهنية، وضعف قدرتنا على تحقيق الثبات النفسى.

غدة البنكرياس :

البنكرياس عضو يمتد خلف المعدة .. ومنه جزء يعمل كغدة حيث يفرز هرمون الأنسولين الضرورى لحرق السكر (الجلوكوز) ولذا فإن نقص

الأنسولين يؤدى لارتفاع مستوى الجلوكوز بالدم وحدوث الإصابة بمرض السكر.

كما يرتبط الأنسولين أيضًا بطاقة الجسم بشكل يؤثر على الثقة بالنفس، والطموح، والقدرات الذهنية .. ولذا فإن نقصه يمكن أن يقود إلى ضعف الثقة بالنفس، وزيادة الحساسية للنقد، والغضب، وضعف القدرات الذهنية كالتذكُّر.

الغدد التناسلية (الخصيتان والمبيضان):

تفرز الخصيتان عند الذكر هرمون تستوستيرون ويفرز المبيضان عند الأنثى هرمونى إستروجين، وبروجستيرون .. وهذه الهرمونات الجنسية هى المسئولة عن ظهور الصفات الجنسية وتكوين المنى عند الذكر والبويضات عند الأنثى.

كما ترتبط هذه الهرمونات بالحيوية ، والجاذبية ، والنضج الشعورى ، والرغبة الجنسية ، والمشاركة بين الجنسين.

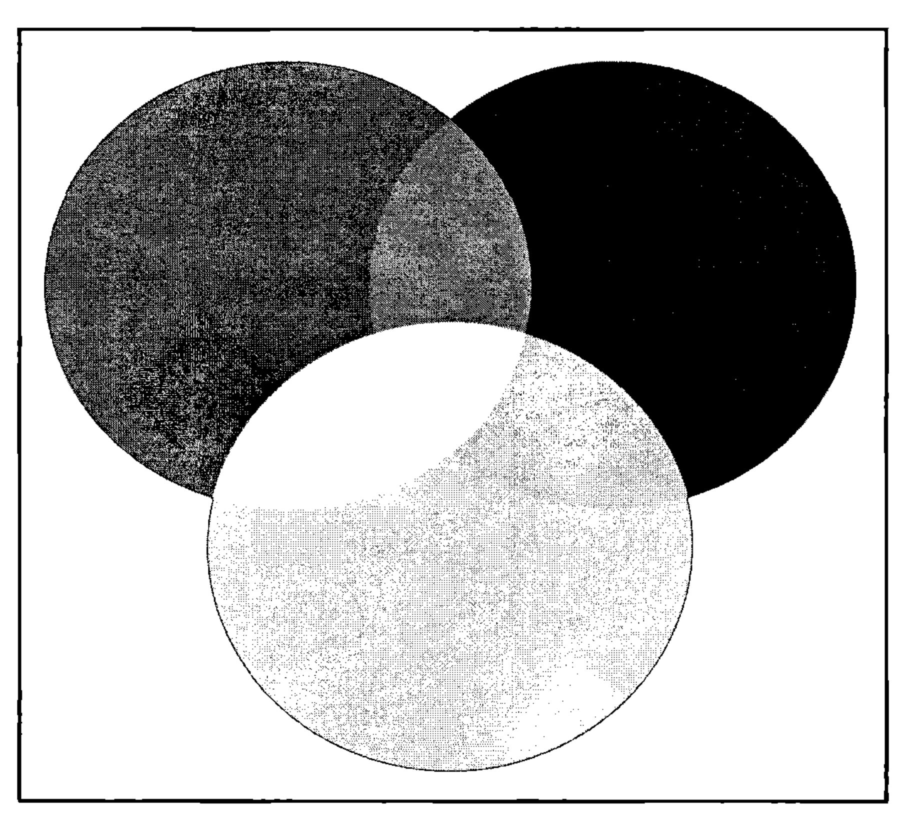
ولذا فإن اضطرابها يقود إلى عدم الاستقرار النفسى، والإحساس بالوحدة، واضطرابات الشعور، واضطرابات العلاقة الجنسية .



ألوان الطيف .. وألوان الكريستالات :

نحن نستخدم الكريستالات فى المعالجة من خلال تأثير «طاقة اللون» الذى يميز حجر الكريستال على القرص من أقراص الطاقة (تشاكراز) الذى يتأثر ويستجيب لنفس اللون ، وهو ما يحدث تأثيرًا إيجابيًا على طاقة الجسم ، فتطرد حالة عدم التوازن التى تهيئ لحدوث المرض .

كما نستخدمها بطرق أخرى مختلفة لبث أو لتنظيم الطاقة بالجسم العضوى أو الجسم غير العضوى.



ألوان الطيف الناتجة عن تحلل الضوء الأبيض

إن الضوء الأبيض الصادر من الشمس ، والذى لولاه لانعدمت الحياة على الأرض، هو عبارة عن طاقة أو موجات كهرومغناطيسية تشع وتسرى بترددات مختلفة .

وهذا الضوء الأبيض هو فى حقيقة الأمر خليط من عدة ألوان (هى ألوان الطيف) .. والتى تتضح عندما يرتطم الضوء الأبيض فى الطبقات العليا من الجو بقطرات الماء الصغيرة العالقة بالهواء والتي تعمل كمخروط زجاجى يُفرِّق هذه الألوان التى تظهر لنا أحيانًا فى أوقات معينة مكونة ما يعرف بقوس قزح (Rainbow) والذى نراه أحيانًا قرب الغروب وخاصة فى المناخ الممطر.

وهذه الألوان المكونة لقوس قزح أو ألوان الطيف تشتمل على سبعة ألوان وهى:

البنفسجى ، والنيلى ، والأزرق الفاتح ، والأخضر، والأصفر، والبرتقالى، والأحمر.

وهذه الألوان الضوئية السبعة المُحملة بالطاقة، بالإضافة للون الضوء الأبيض نفسه الذى يجمع طاقات الألوان المختلفة، تتوافق مع مراكز الطاقة السبعة بالجسم غير المرئى (الشاكراز) حيث يستجيب ويتأثر ويمتص كل مركز أو قرص من هذه الأقراص لطاقة لون معين من هذه الألوان فى حالة حاجة الجسم لطاقة هذا اللون لتحقيق التوازن الداخلى.

ومن هنا جاءت فكرة المعالجة بالألوان (Color Therapy) والتى هى جزء من مضمون المعالجة بالكريستال = (Crystal Therapy).

●● **والسؤال الآن :** كيف يمكننا تحديد القرص من أقراص الطاقة (تشاكراز) الذى يحتاج للون المعين الذى يرتبط به لإعادة حالة التوازن إليه من جديد والتى يتحقق معها التوازن الداخلى للجسم بصفة عامة؟

إن ذلك ما يمكن للمعالج المحترف معرفته من خلال الملاحظة، والفطنة، والخبرة، والاختبار .

اختبار الكروت السبعة :

كما يمكنك معرفة ذلك من خلال الانجذاب التلقائى للون معين دون الآخر . وهناك اختبارات مختلفة للكشف عن ذلك .. كهذا الاختبار التالى:

- جهِّز سبعة كروت (بحجم أوراق الكوتشينة).
- لوِّن الكروت بسبعة ألوان تناظر ألوان مراكز الطاقة، وهى : الأحمر، والبرتقالى ، والأصفر ، والأخضر ، والأزرق الفاتح ، والنيلى (انديجو) ، والبنفسجى، بالإضافة لكارت بدون تلوين (اللون الأبيض).
- اكتب اسم مركز الطاقة (تشاكراز) المقابل لكل لون على الخلف.
- ضع الكروت مرتبة أمامك على منضدة فى صف واحد أو صفين.
- غمض عينيك .. ثم ادعك كفيك ببعضهما لبضع دقائق حتى تشعر بحرارة.
- خذ عدة أنفاس عميقة .. ثم حرِّك كف إحدى اليدين فوق الكروت بحركة بطيئة وعلى ارتفاع حوالى ٥ سم.
- استمر فى تحريك اليد .. وركِّز انتباهك على الحركة نفسها.
- عندما تستشعر حدوث سحب لليد أو ثقل بها، أو تشعر بحرارة أثناء تواجد اليد فوق كارت من الكروت التقط هذا الكارت .
- إن هذا الكارت يحمل اللون الذى تحتاجه ويحمل الإرشاد المناسب.
- فى حالة التوصل إلى كارتين وليس كارتًا واحدًا .. فإن الكارت صاحب قوة الشد الأكبر يحمل اللون الأساسى .. أما الكارت الآخر فيحمل لونًا إضافيًا .

كيف نتأثر بالألوان الطبيعية ؟

إن الألوان المختلفة بطاقاتها المميزة تؤثر علينا نفسيًا وعضويًا إلى حد كبير ربما دون أن ندرك دور هذا التأثير اللونى.

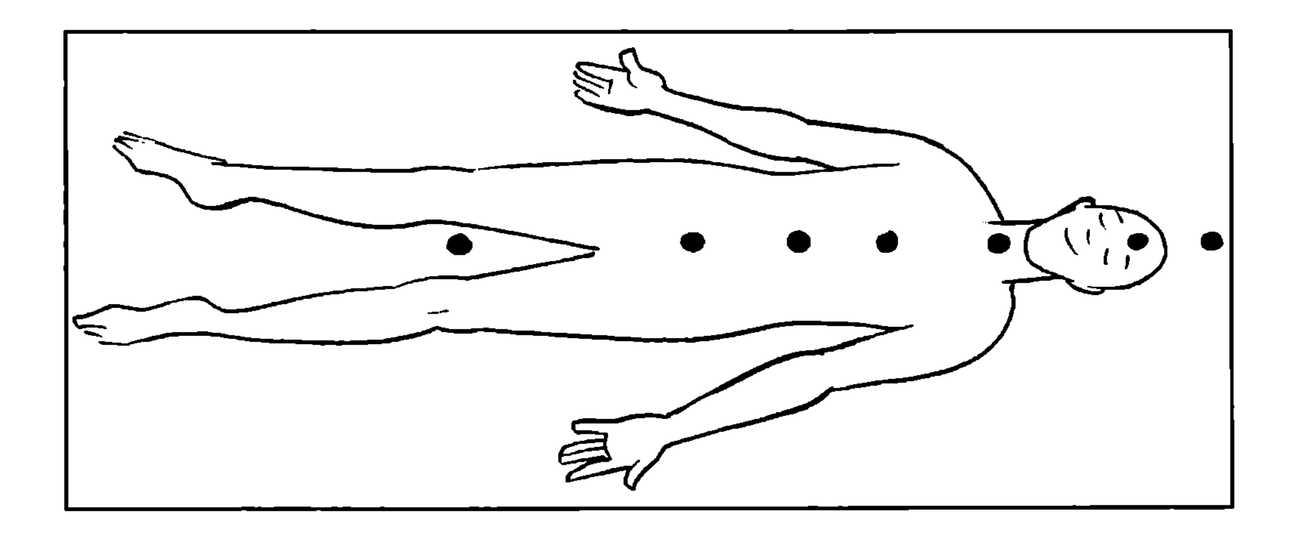
فعلى شاطئ البحر، على سبيل المثال، يسيطر اللون الأزرق بدرجاته المتفاوتة ما بين الأزرق الفاتح أو التركواز، لون السحاب.. والأزرق المعتدل والأزرق المائل للاخضرار، لون مياه البحر وهو ما يجعلنا نشعر بالانبساط والاسترخاء والسلام والراحة .. أما اللون الأصفر الذهبى لون الرمال وأشعة الشمس فإنه يحفِّز ويشحن أجهزة الجسم بالطاقة . ولذا فإننا على شاطئ البحر نشعر بالانتعاش والراحة وأيضًا بمزيد من الطاقة والحيوية.

كيف تستخدم الكريستالات ؟

- اختر حجر الكريستال الذى يرتبط لونه بلون قرص الطاقة الذى يحتاج لتزويده بطاقة هذا اللون واستعمله تجاه موضع هذا القرص فى حالة إدراكك للقرص المعين الذى يعانى خللاً ويحتاج لطاقة اللون المرتبط به.. أو يمكنك استعمال أحجار كريستال بألوان مختلفة لمختلف أقراص الطاقة .
- ارقد على الأرض وضع الأحجار بالقرب من يدك بحيث يمكنك وضعها مباشرة بمناطق أقراص الطاقة .

أو يمكنك استخدام الأحجار أثناء الجلوس بتثبيتها فى المكان بشريط لاصق.

- يوضع كل حجر على المركز المناظر له لعدة دقائق .



توضع الأحجار السبعة المناظرة لمراكز الطاقة على النحو التالى:

١- المركز الأول (القرص الجذرى) : يستخدم حجر بلون أحمر فيما بين الفخذين وأعلى الركبتين .

٢- المركز الثانى (القرص العجزى) : يوضع حجر بلون برتقالى على أسفل البطن وتحت السُّرة .

٣- المركز الثالث (قرص الضفيرة الشمسية) : يُوضع حجر بلون أصفر عند نهاية القفص الصدرى فى المنتصف .

٤- المركز الرابع (قرص القلب) : يوضع حجر بلون أخضر فى منتصف الصدر.

٥- المركز الخامس (قرص الزور) : يوضع حجر بلون أزرق فاتح عند قاعدة العنق (أو نهاية الزور) .

٦- المركز السادس (قرص العين الثالثة) : يوضع حجر بلون أزرق غامق (نيلى) فى منتصف الجبهة فيما بين الحاجبين.

٧- المركز السابع (القرص التاجى) : يوضع حجر بلون بنفسجى على الخلف من الرأس بمنطقة التاج . كما يمكن استعمال أحجار بيضاء أو شفافة مثل الكوارتز للتأثير على هذا المركز.

دليلك لاختيار أنسب الكريستالات والأحجار الكريمة الملونة :

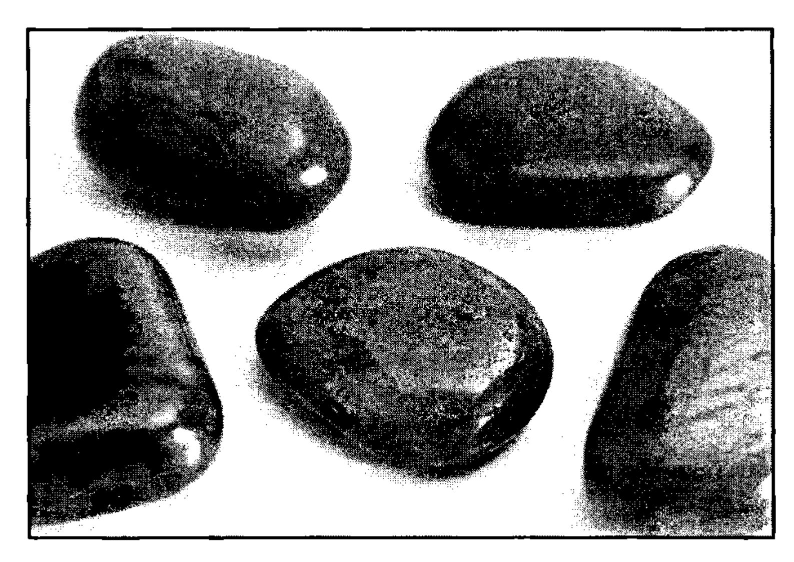
• الفيروز :

حجر الفيروز (Turquois) يتميز بلون أزرق فاتح (تركواز) مما جعله من أكثر الأحجار الكريمة المستخدمة للتأثير على «مركز الزور» الذى يتوافق مع هذا اللون.



• الياقوت الأحمر :

يتناسب حجر الياقوت الأحمر (Ruby) ، كغيره من الأحجار الحمراء، للتأثير على «مركز الجذر» عند مؤخرة العمود الفقرى والذى يستجيب ويمتص اللون الأحمر .



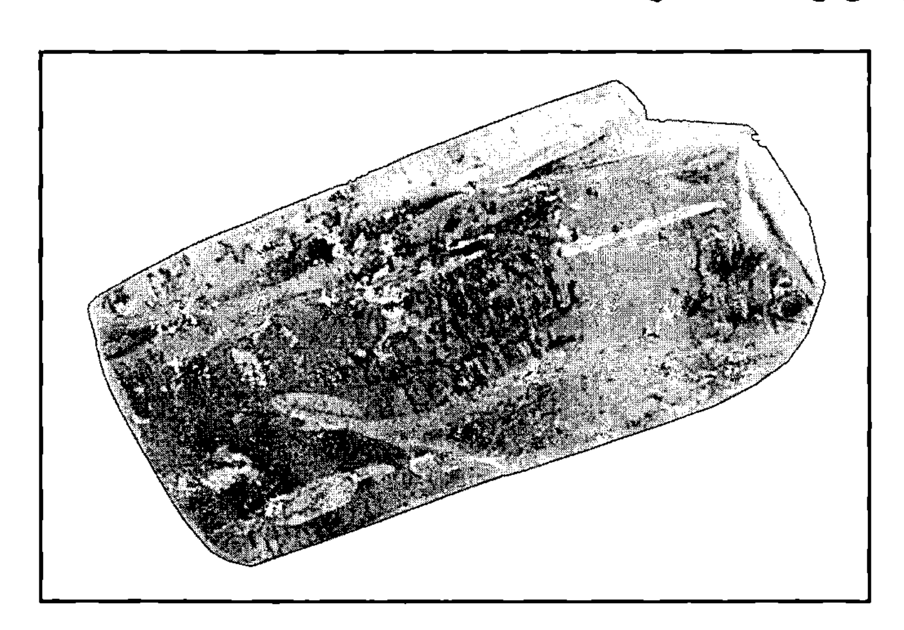
● **الياقوت الأزرق :**

يتوافق لون الياقوت الأزرق أو النيلى مع «مركز العين» الثالثة الواقع بمنتصف الجبهة وبين الحاجبين .



● **الكهرمان :**

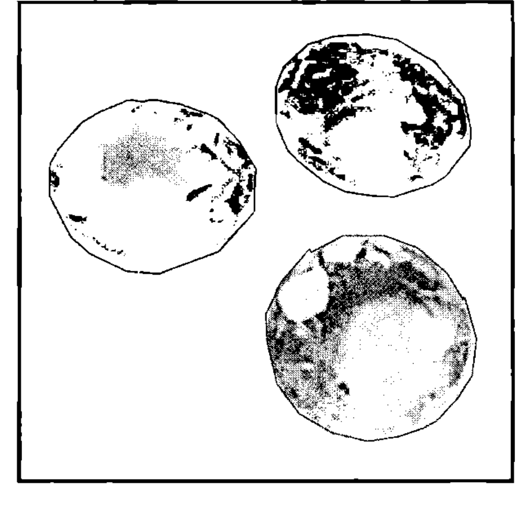
تتميز أحجار الكهرمان (Amber) بلون برتقالى ناصع مما يجعلها مناسبة للتأثير على «المركز العجزى أو العصعصى» وذلك بوضعها على أسفل البطن وتحت السرة.





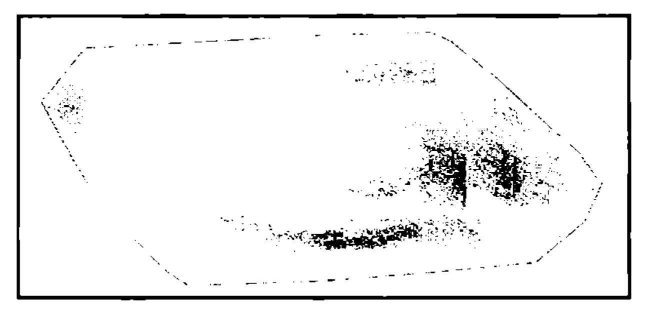
• العقيق :

حجر العقيق الطحلبى أو الحجر اليمانى (Moss Agate) يتميز بلون أخضر شبيه بلون الطحالب مما يجعله متوافقًا مع «قرص القلب» بوضعه أسفل عظمة منتصف الصدر.



• الياقوت الأصفر :

يتميز الياقوت الأصفر (Yellow Sap- phire) بلون أصفر قوى مما يجعله متوافقًا مع «قرص الضفيرة الشمسية» بوضعه عند أعلى البطن أو فم المعدة.



الكوارتز الصافى :

ويتميز بلون أبيض ناصع مما يجعله متوافقًا مع «مركز التاج» بوضعه خلف الرأس أثناء وضع الرقود.

(ما سبق لا يعد تحديدًا لأنواع الكريستالات التى يجب استخدامها، وإنما هو مجرد استعراض لأمثلة من الكريستالات شائعة الاستخدام).

كيف تختار الكريستالات المناسبة لمجال طاقتك ؟

لغز التأثر بحجر معين !

قد تسأل هذا السؤال : ما نوع الكريستالات أو الأحجار الكريمة التى أختارها لأغراض التداوى .. الفيروز أم المرجان أم الكهرمان أم الياقوت .. إلخ ؟ قد يبدو هذا السؤال محيرًا حيث إن هناك أشكالاً وأنواعًا مختلفة من الكريستالات والأحجار الكريمة والتى لها عادة أكثر من لون.

إن كل الكريستالات تشترك فى نفس الخصائص ولها طاقتها المُشعَّة المميزة، ولكن لابد أن يربطك بقطعة الكريستال التى تختارها نوع من التجاذب والتأثر والذى يدل على موافقتها لك شخصيًا . إن كل إنسان بشرى له طبيعته الفريدة، وهالته المميزة ، مما يجعله متوافقًا مع حجر من الكريستال بطاقته المعينة أكثر من توافقه مع حجر آخر.

ولكن كيف تحدد هذا التوافق وتتأكد من وجود رابطة بين طاقتك وطاقة الحجر (Energetic Connection)؟

اتبع ميلك الفطرى أو التلقائى :

ضع أمامك مجموعة من الكريستالات والأحجار الكريمة، وتأملها جيدًا، وانتقل بنظرك فيما بينها والتقط الحجر الذى تشعر بانجذاب له وبتأثير صادر منه على إحساسك ومشاعرك . ضع الحجر الذى اخترته على يدك لدقائق ، واستشعر تأثيره ، ثم ضعه مرة أخرى أمامك .. هل تلاحظ حدوث فرق ما ؟

إن وجـود «رابطة طاقيـة» أى تـوافق بين مـجـال طاقـتك وطاقـة الحـجـر يُحدث على المستوى الحسى تأثيرًا على شعورك أو أفكارك أو ذهنك .

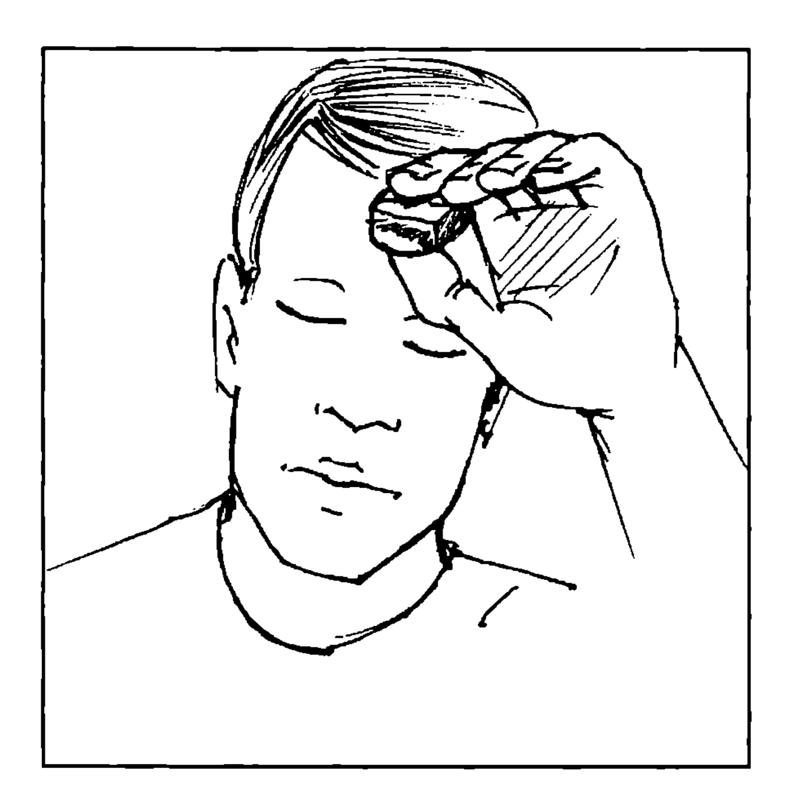


وقد تشعر أيضًا على المستوى المادى بتأثيرات تنتاب جسمك، كالإحساس بشحنة كهربية خفيفة تسرى بيدك الممسكة بالحجر.. أو قد تشعر بتنميل خفيف عندما تمرر يدك فوق الحجر.. أو ربما تشعر بشىء من الحرارة أو بدفعة من السخونة (فَوْرة) .

اختبر تأثير الحجر على أقراص الطاقة :

هل تريد إدراك مزيد من التأثر؟ إذن اختبر تأثير الحجر الذى اخترته على مواضع أقراص الطاقة (تشاكراز).. فضع الحجر الذى اخترته لمدة دقيقتين فى ملامسة كل موضع من مواضع أقراص الطاقة. أغمض عينيك أثناء ذلك واستشعر تأثير طاقة الحجر على مواضع الطاقة .

هل تلاحظ حدوث تأثير معين على مشاعرك ؟ هل تلاحظ أن حجرًا له تأثير أقوى من الآخر ؟



تأكد من فعالية الحجر الذى اخترته من خلال حدوث تأثير تشعر
به عند ملامسة الحجر لمواضع أقراص الطاقة

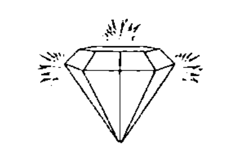
اعمل على زيادة التعلّق بالحجر:

اجعل هذا الحجر الذى اخترته والذى شعرت بتأثيره رفيقًا لك لبعض الأوقات لتقوية الرابطة بينكما .. فضعه مثلاً أسفل وسادتك أثناء النوم.. هل تراه يحدث تأثيرًا على أحلامك ؟ احمل الحجر معك أثناء الخروج .. ثم فارقه لبعض الوقت .. هل ترى أن هناك تأثيرًا يرتبط بوجود الحجر معك .. هل تلاحظ حدوث تغيُّر بمشاعرك وسلوكك تجاه الآخرين أثناء وجود الحجر وأثناء غيابه عنك ؟

ذكرت سيدة لى : إنى أشعر بالارتباك أحيانًا عندما يفوتنى وضع حجر الياقوت الذى اعتدت على مرافقته لى !

هل تشعر بالحيرة أو عدم التيقّن ؟

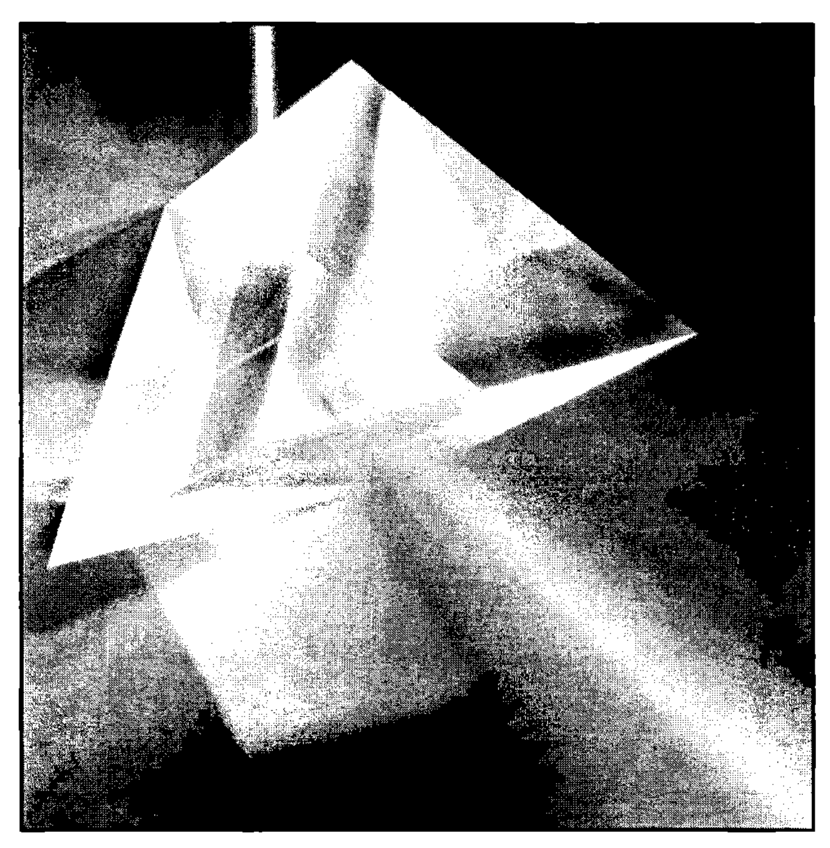
إذا كنت لا تزال غير مدرك لوجود تأثير ما للحجر الذى اخترته، رغم كل المحاولات السابقة، فالجأ إذن لاختيار حجر الكوارتز (**Quartz**) والذى يتميز بطبيعة تجعله متوافقًا مع أغلب نوعيات البشر.



البللورة المداوية لأغلب المتاعب الصحية !

سيد الأحجار الكريمة :

حجر الكوارتز الصافى يطلق عليه فى مجال المعالجة بالكريستالات: المداوى العام أو سيد الأحجار المداوية (**Master Healer**) وذلك لأنه ينفرد باحتوائه على كل ألوان الطيف للضوء الأبيض المرئى .. وبالتالى يحتوى على كل مجالات الطاقة التى «تُنقِّى» الجسم من حالة الارتباك وعدم التوازن (**Dis - Ease**) التى أدت به إلى المرض (**Disease**) وذلك على جميع المستويات .



حجر الكوارتز (ثانى أكسيد السليكون) يمتلك طاقة لونية واسعة المجال
مما جعله يُلقَّب باسم : سيد الأحجار الكريمة

إن الكوارتز الصافى (غير المدخَّن) بلونه الأبيض أو الشفاف يمتلك طاقة لونية واسعة المجال يكون لها أثر فعال فى تقوية الطاقة الحيوية بالجسم مما يقوِّى عملية التداوى الطبيعية الكامنة بالجسم .

وعلى جانب آخر فإن هذه الطاقة واسعة المجال تحفِّز على التوازن الشعورى والنمو الروحى والوجدانى.

إن طاقة الكوارتز واسعة المجال تنساب وتنحرف تجاه المنطقة التى تعانى خللاً فتعمل على تحريرها من حالة عدم الاتزان .

كما تنشط سريان الطاقة فى مساراتها وبأقراص الطاقة (تشاكراز)، وتعمل على تقوية الهالة وإزالة ما بها من انسدادات أو تشوهات بسبب نقص أو ركود الطاقة.

وعلى المستوى العضوى فإن طاقة الكوارتز تقوى برنينها وتأثيرها الإيجابى الجزء الخلوى من الدم (خلايا الدم الحمراء والبيضاء والصفائح الدموية)، وخلايا السائل الليمفاوى، والغدة الصنوبرية.



الأحجار البيضاء أو الشفافة كحجر الكوارتز وحجر الماس ترتبط عمومًا بقرص التاج (فوق الرأس).. وتعكس بتأثيرها على الجسم طاقة لونية واسعة المجال. ولكى يقوى هذا التأثير يفضل استخدام حجر بطرف بارز يوجه إلى الداخل ، كما بالصورة.

ويمكن استخدام أغلب أنواع الكوارتز المختلفة فى التداوى، ولكن يعد من أفضلها تأثيرًا الكوارتز المجهز على هيئة قضيب (Quartz Wand) أو حجر الكوارتز ذو الطرف البارز الذى يستخدم كمصدر لتوجيه الطاقة.

برمجة الكوارتز :

كل الأحجار الكريمة والكريستالات تعمل تلقائيًا ما عدا حجر الكوارتز الصافى، إذ يحتاج قبل استخدامه «للبرمجة» .. بمعنى الإعداد للغرض المستخدم له.

طريقة البرمجة :

● امسك بحجر الكوارتز .. وضعه فى ملامسة منتصف الجبهة (مركز العين الثالثة) .. قم بالتركيز الذهنى على الغرض الذى تنوى القيام به (مثل بث النشاط والحيوية بالجسم).. واترك الحجر يمتلئ بالطاقة المداوية أو المناسبة لهذا الغرض.

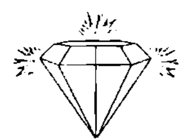
● كما يمكنك إعلان هذا الغرض بصوت واضح مثل «أنوى استخدام الحجر لغرض المعالجة» أو «لغرض شحن الطاقة الجنسية» أو «لغرض بث الاسترخاء ومقاومة التوتر» أو لأى غرض آخر.

الخصائص المميزة والتركيب الكيميائى لمجموعة من الأحجار الشائعة

الحجر	التركيب الكيميائى والمعادن الموجودة به	اللون	قرص الطاقة الخاضع لتأثيره
الفيروز	$CUAI_6 (PO_4) 4 (OH)_8$ $4H_2O$	أزرق فاتح (تركواز)	قرص الزور
العنبر	$C_{10}H_{16}O + H_2S$	اصفر، بنى ، اخضر، احمر	الضفيرة الشمسية
الإميتست	$SIO_2 + FE$	بنفسجى، ارجوانى	التاج، العين الثالثة
الكوارتز الصافى	SIO_2	عديم اللون	جميع الأقراص
الألماس	C4	عديم اللون، جميع الألوان	التاج

الحجر	التركيب الكيميائى والمعادن الموجودة به	اللون	قرص الطاقة الخاضع لتأثيره
اللابيس	$(NA\ CA)_8\ (AI\ SI)_{12}\ O_{24}\ (S,SO_4)$	أزرق غامق مع ابيض وذهبى	الزور ، العين الثالثة
الَملخيت (الملكيت)	$C_{42}\ CO_3\ (OH)_2$	اخضر مع اسود	القلب
الكوارتز اللبنى	SIO_2	ابيض	جميع الأقراص
المونستون	$KASI_3\ O_8$	لؤلؤى - كريمى	العُجز، الضفيرة الشمسية
الأوبال	$SIO_2 . NH_2O$	مختلف	العُجز، الضفيرة الشمسية، التاج
المرجان	$CA\ CO_3$	أحمر، برتقالى، قرمزى	القلب
الكوارتز البمبمى	SIO_2	بمبى، قرمزى	القلب ، الزور
الياقوت	AI_2O_3	أحمر	القلب
السافير (الزافير)	AI_2O_3	أزرق، بنفسجى، أزرق	الضفيرة، الشمسية، القلب، الزور، التاج
الكوارتز المدخن	SIO_2	بنى، أسود	الجذر ، العجز
العقيق الأسود	$NA\ (MG,FE,LI,\ MN,AL)_3\ AI_6\ (BO_3)_3\ SI_6\ O_{18}\ (OH,F)_4$	اسود	الجذر
الزمرد	$BE_3AI_2\ SI_6\ O_{18}$	اخضر ناصع	القلب





كيف تعتنين بالكريستالات والأحجار الكريمة ؟

طرق الحفاظ على الأحجار الكريمة :

بعد اختيارك للنوع أو الأنواع المفضلة من الكريستالات والأحجار الكريمة، كيف تحفظينها وتعتنين بها ؟

يراعى الآتى :

- حجر الكريستال الذى اخترتيه وفضلتيه صار يخصُّك أنتِ شخصيًا، ولا يجب أن تدعى الآخرين يلمسونه حتى لا يتلوث بفوحان غريب أو طاقة خارجية مما قد يجعله لا يتوافق مع مجال طاقتك مرة أخرى.
- لا يجب أن تحفظى الكريستالات أو الأحجار الكريمة مع بعضها البعض فى حيِّز ضيِّق حتى لا يخدش بعضها الآخر مما يعرضها للتلف.
- لاحظى أن بعض الكريستالات تفقد جزءًا من لونها وبالتالى من طاقتها عندما تتعرض لأشعة الشمس القوية المباشرة لفترة طويلة مثل السيليستيت (Celestite) وهو حجر سماوى.
- يراعى أن تكون الأحجار أو الكريستالات التى تضعينها على جسمك لها درجة صلابة لا تقل عن (٧) حتى لا تتعرض للانخداش ، كما ذكرنا .
- لا تضعى أية أحجار كريمة على جسمك أثناء الاستحمام أو السباحة.
- اخلعى الكريستالات التى ترتدينها قبل النوم واحتفظى بها على منضدة بجوارك حتى الصباح.
- فى حالة استخدام كريستال معين على مدى فترات بعيدة احرصى على حفظه فى علبته الأصلية .

كيف تنظفين مجوهراتك
وكريستالاتك وتزودينها بالطاقة ؟

اجعلى أحجارك الكريمة تشعّ بالطاقة :

إن الكريستالات والمجوهرات والأحجار الكريمة عمومًا لا يجب المحافظة عليها بحمايتها من الخدش والإصابة فحسب! .. أو من الضرر العضوى الملموس .. وإنما يجب كذلك أن تخضع لعملية تنقية لتنظيف طاقتها وحفظ توازنها وتأثيرها الطاقى.

إنه مع مرور الوقت تكتسب الكريستالات شوائب غير مرئية تتمثل فى التلوث بمجالات كهرومغناطيسية وموجات صوتية من البيئة المحيطة.. وتتمثل أيضًا فى التأثر بمشاعرنا وأفكارنا السلبية وسط بيئة يختلط بها التوتر والضجيج والانفعال .

ولذا يجب أن ننقى الكريستالات من هذه السلبيات من خلال وسائل تنظيف وتنقية مختلفة تعمل على طرد ما بها من اختلالات وعدم توازن يعوق تدفق الطاقة الصادرة منها.

وهناك طرق مختلفة لذلك ، وهى :

- **استخدام الماء :**

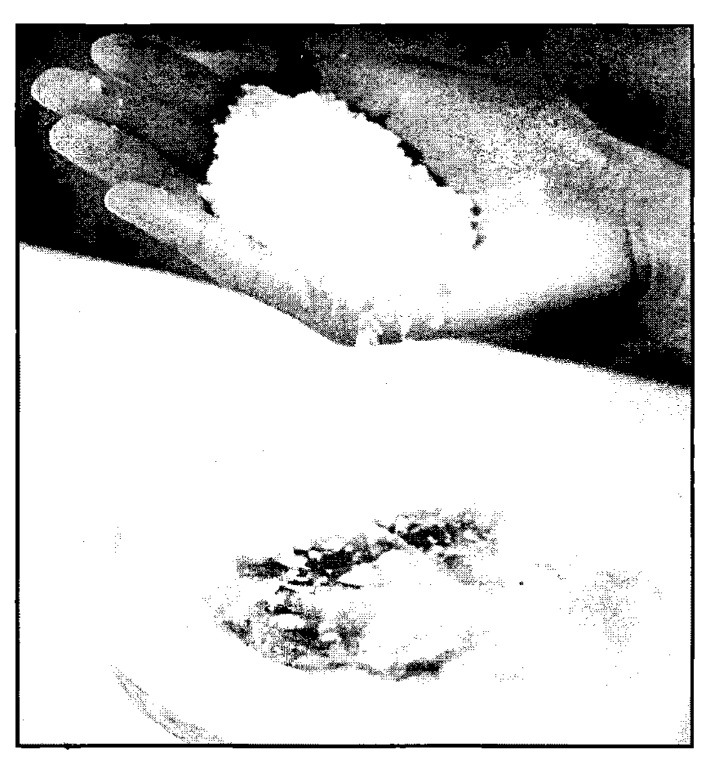
مرِّرى تيار ماء متدفق فوق حجر الكريستال ليطرد ما به من سلبيات أو شوائب تعوق تدفق الطاقة .. وتصوَّرى تلك الشوائب (غير المرئية) الباعثة لعدم الاتزان تغادر الحجر ويعود إليه توازنه من جديد . ثم اتركى الحجر يجف تلقائيًا فى الهواء.

ولكن لاحظى أن بعض الكريستالات تتحلل فى الماء وبالتالى لا يجب

غسلها بالماء وهذا ينطبق على أنواع محدودة من الكريستالات والأحجار مثل السيليستيت والسيلينيت.

• **استخدام الملح الجاف :**

اتركى الحجر موضوعًا فى إناء مملوء بالملح (ملح البحر) بحيث يحيط به الملح من مختلف الجوانب .. واتركى الحجر بهذه الصورة لمدة يوم كامل. ويفضل أن تخصصى إناءً لكل حجر تستخدمينه .



تنظيف الكريستال بملح البحر

ولكن لا يفضل الاعتماد على هذه الطريقة بصورة متكررة على فترات وجيزة، إذ يمكن أن يؤثر هذا التعرض المتكرر للملح على خصائص الحجر.

كما يجب استثناء القيام بهذه الطريقة مع بعض الأحجار التى تتلف بالملح والتى من أبرزها حجر الأوبال (Opal) حيث يؤدى الملح لسحب جزء من مائه الداخلى مما يؤثر على تركيبه البللورى .

كما يراعى إزالة كل آثار الملح المتبقية على أسطح الكريستال بعد تنظيفه باستخدام الفرشاة .

- **استخدام البخار :**

هذه طريقة فعالة وآمنة حيث يتم تعريض حجر الكريستال لبخار ماء متصاعد كثيف حوله (Smudging) لتنقيته من المخلفات التى تعوق تدفق الطاقة . واجعلى النافذة مفتوحة أثناء ذلك لمغادرة الطاقة السالبة أو المترسبة بالكريستال للمكان .. عليك أن تتصورى ذلك !

- **استخدام الصوت :**

استخدام الموجات الصوتية لتنقية قطع الكريستال وتقوية تدفق الطاقة الناتجة عنها وسيلة فعالة إلى حد كبير . يمكنك عمل ذلك بتعريض الكريستال لمصدر للموجات الصوتية ، كالشوكة الرنَّانة ، أو الناقوس ، أو بوضع الكريستال فى إناء معدنى والطرق على جدرانه.

إن تلك الموجات الصوتية الصادرة والتى تتعرض لها قطع الكريستال تقوم «بهزهزة» تركيبها البللورى مما يجعلها تلفظ ما بها من شوائب تعوق تدفق الطاقة .

وفى الطب الهندى أو التبتى على وجه الخصوص (المرتبط بهضبة التبت) تستخدم أداة لها جزءان معدنيان يطرقان باليد حول الحجر الكريم لتنقيته بهذا الصوت الصادر (أو الجلجلة) وتقوية طاقته الإيجابية .. تسمى هذه الأداة المحدثة للجلجلة : تنجشاز (Tingshas).

- **مستحضرات خاصة للتنظيف :**

وهذه مثل استخدام الفوَّاحة أو البخَّاخة المحتوية على زيت عطرى لتنقية الكريستال بالبخار المتصاعد أو بالرذاذ .. ومن أفضل الزيوت العطرية لهذا الغرض زيوت خشب الصندل (Sandal wood)، والمريمية (Sage)، والفرانكنسينز (Frankincens).



التداوى بروح البللورة

كيف تحصلين على خلاصة الحجر الكريم ؟

فحوى أو روح أو خلاصة البللورة أو الحجر الكريم **(Gem essence)** تحمل تأثيرها الطاقى والذى عندما يدخل الجسم يتفاعل مع مجاله الطاقى (جهاز الطاقة غير المرئى) بشكل يعيد التوازن لتدفق الطاقة عبر مساراتها مما يعين على الشفاء والارتياح .

ويمكن الاستفادة بهذه الخلاصة فى التداوى من متاعب صحية مختلفة وفى مختلف الأعمار .. بل يمكن كذلك تقديمها للنباتات فى المنزل للاستفادة بتأثيرها الطاقى المساعد على النمو، ويمكن تقديمها كذلك للحيوانات الأليفة.

- **ولكن كيف نحصل على هذه الخلاصة ؟**

إننا نحصل عليها باستخدام أشعة الشمس التى تمر خلالها الكريستالات أو الأحجار الكريمة الموضوعة فى ماء فيتحمل الماء بهذه الخلاصة.

الطريقة :

الأشياء اللازمة :

- وعاء من الزجاج النقى أو الكريستال أو الكوارتز .
- ماء عادى أو ماء مقطر .
- كمية من الكحول .

- زجاجة لحفظ الخلاصة (يفضل المصنوعة من الكهرمان) .. تسمى بالزجاجة الأم.
- زجاجة صغيرة تستخدم كقطَّارة لحساب الجرعة (يفضل المصنوعة من الكهرمان).
- قطعة الكريستال أو الحجر الكريم المراد استخلاص خلاصته.

(يفضل استخدام زجاجات الكهرمان لأنها تحمى خلاصة الكريستال من التأثير بالضوء .. وإذا لم يتوافر يمكن حفظها بزجاجة عادية على أن تحفظ فى مكان مظلم).

الخطوات :

- تُنظَّف وتُعقَّم الأدوات .. ثم توضع كمية مناسبة من الماء فى الوعاء وتوضع قطعة الكريستال بداخله.
- يُترك الوعاء معرضًا لأشعة الشمس (فى الصباح) لمدة ٢ -٣ ساعات ليتحمل بطاقة الكريستال.

ويراعى ألا يُترك الوعاء فى أشعة الظهيرة حيث تكون الأشعة قوية أكثر من اللازم.



- يقاس حجم الماء المُحمَّل بالطاقة ثم يوضع فى الزجاجة الأم .. ثم تضاف كمية من الكحول تبلغ ضعف حجمه.

يمكن نقل كمية من الخلاصة للزجاجة ذات القطّارة لاستخدامها المباشر مع حفظ الزجاجة الأم.

طريقة أخرى :

الطريقة التالية تستخدم لعمل روح البللورة فى حالة استخدام أنواع من الكريستالات قد تفسد بغمرها فى الماء أو فى حالة استخدام كريستالات قد تحمل مواد ضارة.

فى هذه الطريقة يُوضع الكريستال داخل وعاء زجاجى إضافى يوضع وسط الوعاء الزجاجى المملوء بالماء.. وبالتالى لا يلامس الماء الكريستال، ولكن الطاقة المشعة من الكريستال تصل إليه وتمتزج به.

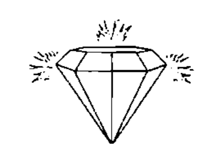
وذلك مع اتباع باقى الخطوات الأخرى السابقة.

كيفية التداوى بروح البللورة :

هناك أكثر من طريقة :

- عادة تؤخذ جرعة ٧ نقط من الزجاجة الأم باستخدام القطَّارة وتوضع تحت اللسان مباشرة .. وذلك بمعدل ٣ مرات يوميًا.
- يمكن مزج هذه النقط (أو جرعة أكبر منها) بماء الاستحمام، أو بالزيت الخاص بعمل تدليك للجسم ، أو يمكن إذابتها فى ماء مقطر وتُرش على الجسم باستخدام بخَّاخة .
- بعض المعالجين يضعون هذا الماء المحمل بالطاقة (روح البللورة) على مواضع معينة بالجسم تناظر ممرات الطاقة .





حجر العقيق لضغط الدم المرتفع
وحجر الياقوت لضغط الدم المنخفض

ما المقصود بضغط الدم ؟

ضغط الدم (Blood Pressure - BP) هو مقدار الضغط الناتج على جدران الشريان من الداخل أثناء مرور الدم به .. ويمكن تشبيه ذلك بضغط الماء على جدران خرطوم أثناء فتح الصنبور .. وهذا الضغط هو الذى يتسبب فى سريان الدم وانتشاره بالجسم داخل الشرايين .

وعندما يرتفع هذا الضغط (hypertension) فإنه يهدد بحدوث تلف بجدران الشرايين فى حالات الارتفاع الشديد.. بل إن شريانًا قد ينفجر من فرط الضغط الواقع على جدرانه.

واستمرار هذا الارتفاع دون السيطرة عليه يهدد بحدوث مضاعفات بأعضاء كثيرة كالقلب، والكُلى ، والعين .. ويعتبر ارتفاع ضغط الدم أحد العوامل الهامة وراء الإصابة بالذبحة الصدرية (قصور الشريان التاجى).

وأغلب حالات ارتفاع ضغط الدم بعد سن الأربعين ليس لها سبب محدد، لكنها قد ترتبط بزيادة الوزن ، والتوتر ، ووجود ميل وراثى للإصابة .

وقد لا تظهر أعراض لارتفاع ضغط الدم ، أو تكون فى صورة صداع ، ودوخة ، وطنين بالأذن ، وغثيان .

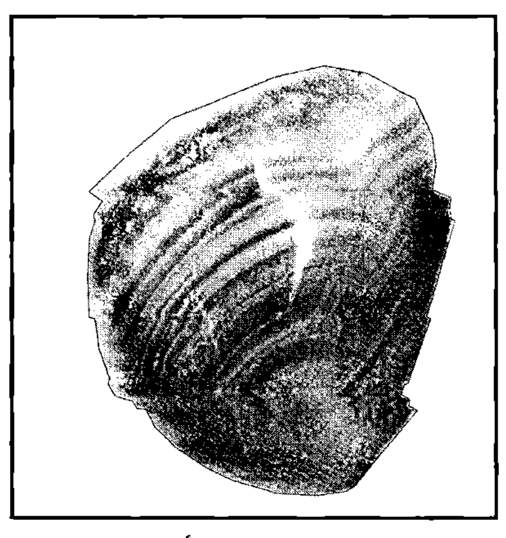
أما عندما ينخفض ضغط الدم (Hypotension) فإن الجسم لا يستطيع تحمل المجهود وتحدث أعراض كالدوخة وربما الغثيان .

وقد يحدث انخفاض الضغط بسبب فقد الدم (كالحيض الكثيف)، أو فقد الماء والسوائل (بسبب الإسهال أو التقيؤ المتكرر)، أو بسبب التعرض لصدمة (Shock).

الكريستالات المداوية :

• ضغط الدم المرتفع :

حجر العقيق الأزرق :



حجر العقيق الأزرق

من أهم العوامل وراء الإصابة بمرض ضغط الدم المرتفع زيادة مستوى التوتر والانفعال مع كثرة الضغوط النفسية . وحجر العقيق المزركش الأزرق (Blue Lace Agate) يؤدى بطاقته لتأثير مريح مهدئ ومحرر للضغوط مما يساعد فى مقاومة ارتفاع ضغط الدم.

طريقة المعالجة :

ارتداء العقيق :

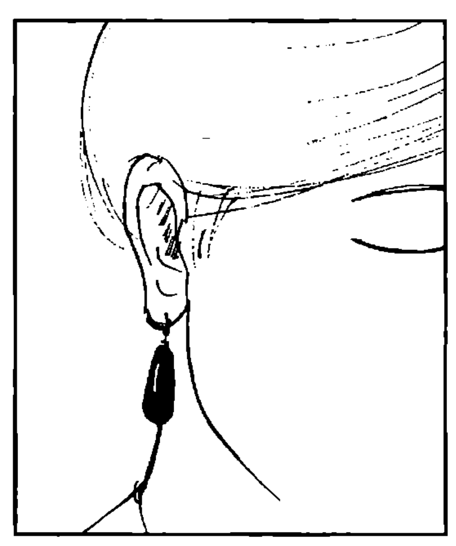
ارتداء العقيق ، أو وضعه على الجسم بغرض التزيُّن والتداوى، يمكن أن يحقق هذه التأثيرات الإيجابية السابقة .. وتعد منطقة الزور (أو أسفل العنق) من أبرز المناطق التى تتأثر بطاقة هذا الحجر.

تناول روح العقيق :

لهذا الغرض يتم وضع قطعة من العقيق المجهز (Tumbled) فى الماء وتعريضها لأشعة الشمس للحصول على روح البللورة (بالطريقة السابقة).. وتؤخذ جرعة ٧ نقط بمعدل ٣ مرات يوميًا .

حجر العقيق الأسود لعلاج طنين الأذن :

حجر العقيق الأسود (Tourmaline) عادة ما يتبلور ويختلط بالكوارتز، ولذا فإنه يجمع عادة ما بين خصائص الحجرين.. ويوجد العقيق بعدة ألوان وخاصة اللون الأسود والذى يستخدم عادة فى عمل الحلَقان .



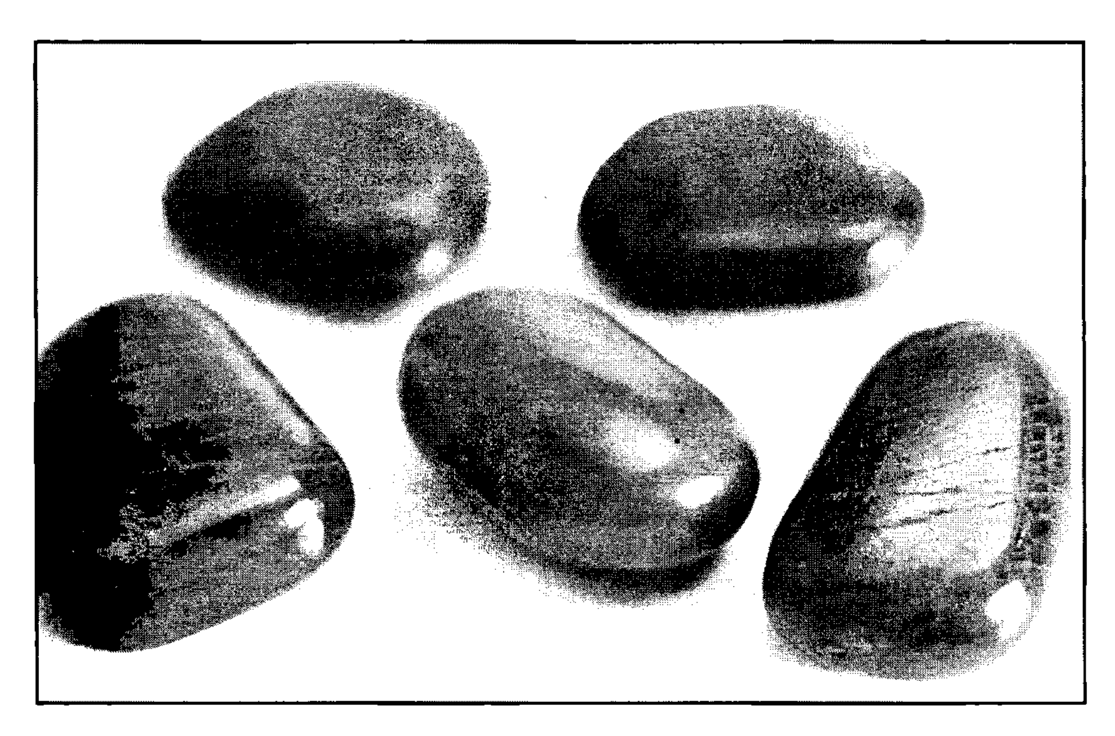
وتتميز أحجار العقيق بتأثير واق، ومنظِّف ، ومنشط للطاقة. ولذا فإن وضع حَلَقٍ بالأذن من العَقيق يحفظ طاقة الجسم ويدعمها، ويساعد فى كثير من المواقف الصعبة، بل إنه يخفف كذلك من مشكلة الطنين أو صفارة الأذن (Tinnitus).

- **ضغط الدم المنخفض :**

الياقوت الأحمر :

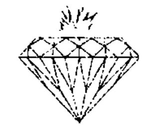
الياقوت الأحمر (Ruby) بلونه الأحمر الداكن يمد الجسم «بقوة دافعة» تقوِّى الدم الأحمر مما يفيد فى علاج فقر الدم (الأنيميا) ، وتُكسب الجسم حرارة مما يدفئ الجسد البارد، وتجعل العضلات أكثر قدرة على تحمل المجهود، وتحفز على إفراز الأدرينالين الذى يرفع ضغط الدم المنخفض.

روح الياقوت :



الياقوت الأحمر

ارتدى أحجار الياقوت .. وجهزى وتناولى روح الياقوت بالطريقة السابقة.



الأحجار الحمراء لعلاج السكر والسمنة !

العلاقة بين السكر والسمنة :

العلاقة بين مرض السكر والسمنة علاقة قوية وواضحة.. فيلاحظ أن نسبة كبيرة من مرضى السكر الكبار (بعد سن الأربعين) يكونون من السمان.. فالسمنة تزيد من القابلية للإصابة بمرض السكر وذلك لأن زيادة وزن الجسم تقلل من عدد مستقبلات هرمون الأنسولين عند الخلايا ... وهذه المستقبلات (Receptors) بمثابة «القفل» الذى يدار به «المفتاح» وهذا المفتاح هو هرمون الأنسولين الضرورى لحرق الجلوكوز .

وهذا النوع من السكر الذى يحدث فى سن متقدمة نسبيًا أو يحدث بين الكبار يسمى بالنوع الثانى من مرض السكر ، ويستجيب للعلاج بالحبوب المنخفضة لمستوى السكر (الجلوكوز) بالدم.

أما النوع الأول من مرض السكر فيحدث بين الأطفال والمراهقين والشباب ويستلزم العلاج بهرمون الأنسولين عن طريق الحقن، حيث يكون الجزء من البنكرياس المفرز للأنسولين فى حالة تلف شديد وبالتالى لا يفرز أى كميات من الأنسولين أو يفرز كميات محدودة جدًا.

ووظيفة الأنسولين إدخال الجلوكوز للخلايا ليتم حرقه - من خلال التحامه مع مستقبلات الخلايا - ولذا فإن غيابه أو نقص فعاليته يؤدى إلى تراكم الجلوكوز بالدم وارتفاع مستواه .

مشكلة الميل الجارف للحلويات :

ومن المعروف أن الميل الزائد الذى يُظهره البعض لتناول الحلويات يؤدى إلى السمنة لزيادة كمية السعرات الحرارية التى تدخل الجسم. وقد يؤدى ذلك أيضًا للإصابة بمرض السكر فى حالة وجود قابلية زائدة للإصابة، كما هو الحال عند أبناء مرض السكر وخاصة من النوع الثانى. كما يؤدى ذلك أيضًا لاضطراب السكر عند المرضى وزيادة قابليتهم للإصابة بمضاعفات السكر المختلفة.

مفهوم بديل للمعالجة :

والمعالجة بالكريستالات تتعامل مع مرض السكر من هذه الناحية السابقة والتى تعد نوعًا من الإدمان (الميل الجارف لتناول الحلويات) والتى تتسبب أيضًا فى حدوث مشكلة السمنة . فيعتقد أنها علامة للمشاعر التى تعاني من «نقص التغذية».. (Undernourished Emotions) .. فأصحاب الميل الجارف لتناول الحلويات ربما يشعرون بغياب كل الأشياء «الحلوة» من حياتهم فيعوضون ذلك بتناول الحلويات !

وليس ذلك فحسب، بل إن مرضى السكر أنفسهم قد يميلون لتناول الحلويات لرغبة داخلية بإيذاء أنفسهم .. وعادة ما يصاحب هذه الحالات أيضًا إحساس بالاكتئاب ، أو المزاج المتذبذب ، أو غياب الرغبة الجنسية

طريقة المعالجة :

وسواء كنت تعانى من مرض السكر أو من السمنة أو من كلاهما بسبب الميل الجارف لتناول الحلويات فإنك تحتاج لطاقة اللون القرمزى (الأحمر الغامق المائل للزرقة أو الأحمر الوردى) .. وتحتاج أن «تفكر» بلون قرمزى، فطاقة هذا اللون تحدُّ من الإدمان أو الميل الجارف لغذاء معين، ولذا فإن كل الكريستالات والأحجار الكريمة ذات اللون القرمزى (Pink) تصلح للمعالجة، وخاصة أحجار الأوبال القرمزية (Pink Opal) .. وذلك من خلال تناول «روح الأوبال» بالطريقة السابقة لاستخلاص «روح البللورة» .

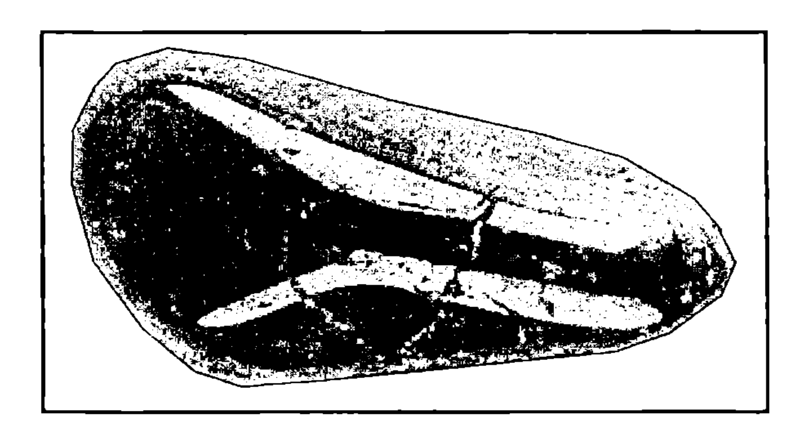
إن الأوبال القرمزى لا يحتوى على «نار» .. وله تأثير قوى أيضًا على جهاز الغدد الصمَّاء (بما فى ذلك غدة البنكرياس المفرزة للأنسولين)، ويساعد فى تحرير الإحساس بالذنب، ويعلمك أيضًا ألا تكون «ضحية» بعد الآن !



كل الأحجار الكريمة بلون قرمزى (أحمر وردى) كحجر الأوبال القرمزى تقوِّى المشاعر وتطرد الإحساس بالذنب.

حجر اللوليت لعلاج السمنة :

ومن الأحجار الأخرى المناسبة للاستفادة بطاقتها فى مقاومة السمنة واختزال الوزن حجر اللوليت الأزرق (**Lolite**).

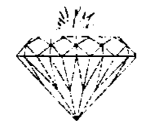


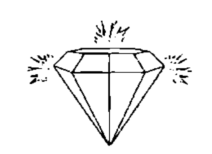
حجر اللوليت

إن الاستفادة بطاقة هذا الحجر تساعد فى تقليل فرصة تخزين الدهون التى تزيد الوزن وفى تحفيز طرد السموم من الجسم . وذلك على اعتبار أن الدهون الزائدة المتخزنة ترتبط بتخزين المشاعر السلبية .. وأن زيادة تراكم السموم ترتبط بالمعتقدات الخاطئة عن النفس (من وجهة النظر الميتافيزيقية .. أو ما وراء علم المادة أو الطبيعة).

فالتداوى بأحجار اللوليت يساعد فى طرد المشاعر السلبية وإدراك القدرات الخاصة بصرف النظر عن التوقعات الاجتماعية . كما يساعد فى مقاومة الإدمان أو التعلق بمواد أو أغذية معينة كالحلويات التى تزيد الوزن.

وتكون طريقة التداوى بتناول «روح اللوليت» بالطريقة التى سبق توضيحها لاستخلاص وتناول «روح البللورة».





أحجار الفيروز لتقوية جهازك المناعى

ماذا يفعل الجهاز المناعى لأجسامنا ؟

الجهاز المناعى هو جبهة الدفاع عن الجسم ضد الجراثيم.. فلو كنت تعانى من ضعف به صرت أكثر قابلية للعدوى المتكررة بالإنفلونزا ونزلات البرد وغير ذلك .. ولكى يقوى هذا الجهاز يجب أن تزيد بالجسم «طاقة الحياة» وتتدفق عبر ممراتها بشكل قوى متزن .

والجهاز المناعى لا يتعرض لمشكلة الضعف فحسب وإنما قد يصاب كذلك بأخطاء فى قيامه بوظيفته .. فأحيانًا لا يستطيع التفرقة بين «العدو» و«الحبيب» فيهاجم البروتينات فى بعض المناطق من الجسم على أنها أجسام غريبة غازية كالبكتيريا أو الفيروسات .. ومن هنا تنشأ أمراض كمرض الروماتويد عندما يهاجم الجهاز المناعى أنسجة المفاصل (الغشاء الزلالى) .

ولا أحد يعرف على وجه التحديد سبب هذا الخلل .. ولكن تجمع مدرسة الطب البديل ومدرسة الطب التقليدى على أنه يرتبط أحيانًا بعوامل نفسية أو شعورية حادة بدليل أن الإصابة بمرض الروماتويد تحدث أحيانًا بعد التعرض لأزمة نفسية، كما يرتبط المرض كذلك بعوامل بيئية.

أهمية غدة التيموس :

وفى مجال المعالجة بالكريستال (والطب البديل عمومًا) يتركز العلاج على تقوية غدة التيموس ، والتى تقع خلف عظمة منتصف الصدر، والتى تمثل أحد أهم أجزاء الجهاز المناعى.

إن هذه الغـدة تفـرز هرمـونات تعـيننا على النمـو فى بدء حـياتنا .. ثم تتوقف عن هذه الوظيفة، لكنها تقوم بوظيفة أخرى مهمة وهى تحفيز إنتاج الخلايا الليمفاوية (نوع من خلايا الدم البيضاء) والتى تلعب دورًا مهمًا فى الدفاع عنا ضد الجراثيم.

وعندما تتعرض هذه الغدة «لضغوط» بسبب المتاعب النفسيـة أو العدوى فإنها تضعف فى القيام بوظيفتها ، وتحتاج فى هذه الحالة إلى دفعة من الطاقة.. وهناك تمرين بسيط من مدرسة الطب البديل لمساعدة ذلك :

اطرق بأصبعك عدة مرات على منطقة الغدة فى اتجاه عقارب الساعة إذ يحفز ذلك على تنشيطها. ويكرر هذا التمرين البسيط يوميًا لعدة مرات.

الكريستالات المداوية :

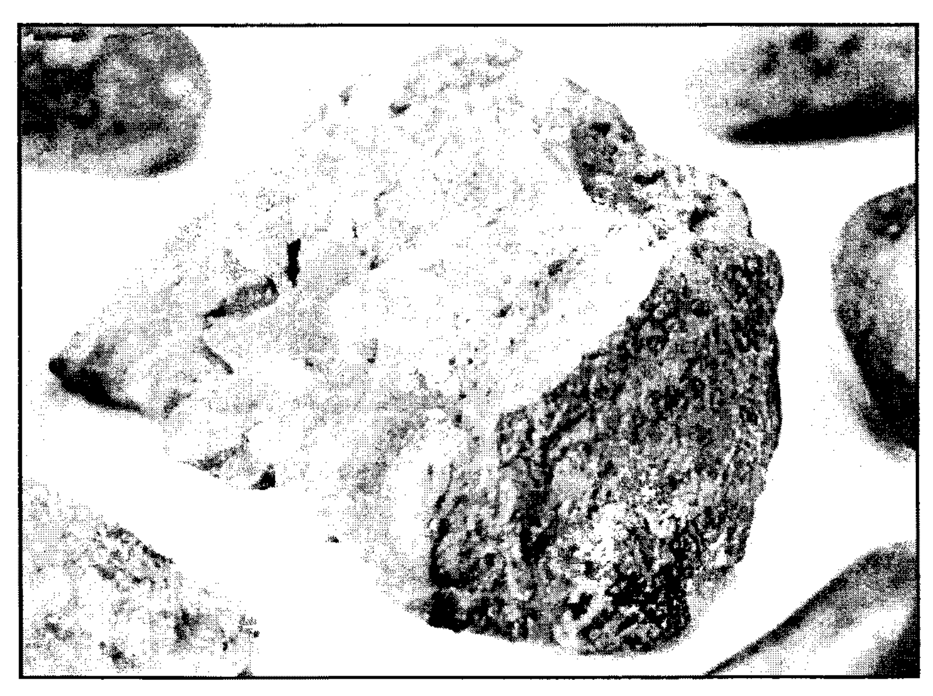
• أحجار الفيروز لتقوية المناعة :

من أبرز الكريستالات المرتبطة بالمناعة أحجار الفيروز .. حيث تعمل بوضعها على مكان غدة التيموس على تقوية «طاقة الحياة»، وتقوية وسائل الدفاع الطبيعية بالجسم .

ومن ناحية أخرى يساعد التداوى بهذه الأحجار على اكتساب الثقة بالنفس، والتعبير عن النفس، والابتكار .. وأيضًا على موازنة طاقات القلب.

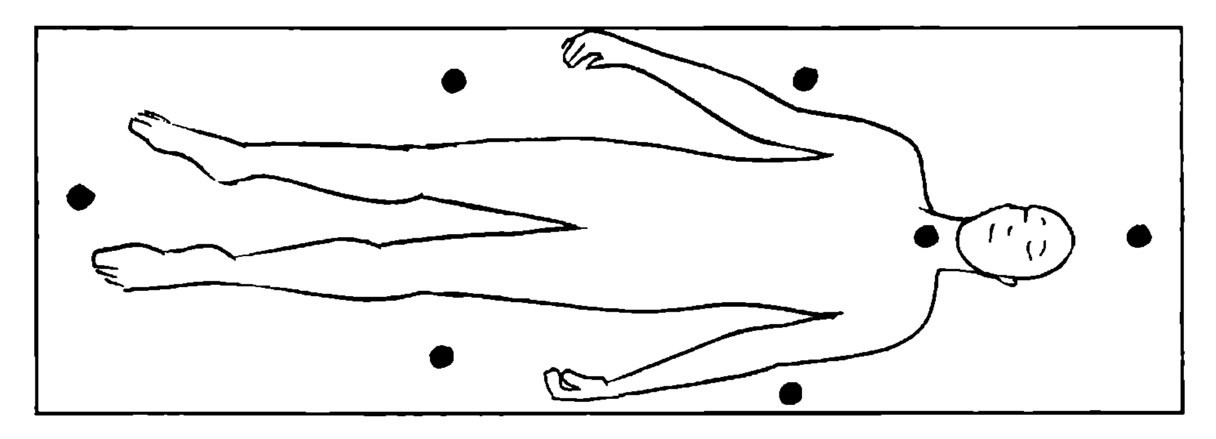
طريقة المعالجة :

- يمكن التأثير المباشر على غدة التيموس بوضع حجر الفيروز على منطقة الغدة.
- يكون تأثير الأحجار أقوى عندما تكوّن «شبكة» حول الجسم لتزويد الطاقة الحيوية .. وهذا يحتاج للاستعانة بعدد ٨ أحجار من الفيروز.. وفى حالة عدم توافرها يمكن استخدام أحجار أخرى تنتمى للفيروز مثل حجر كريسوكولا (Chrysocolla) أو حجر أكوامارين (Aquamarine).



حجر كريسوكولا

● مع اتخاذ وضع الرقود، يوضع ٦ أحجار بهذا الترتيب : حجر وراء مستوى الرأس .. وحجر أسفل مستوى القدمين.. وحجر فى محاذاة مفصل الكوع على الجانبين.. وحجر فى محاذاة مفصل الركبة على الجانبين.



شبكة العلاج بأحجار الفيروز

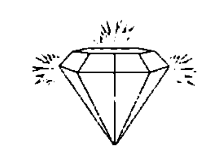
ويوضع الحجر السابع تحت الرأس عند قاعدة الجمجمة .. ويوضع الحجر الثامن فوق أسفل الزور أو عند قاعدة العنق.

غدة التيموس تقع خلف منتصف الصدر أو ما بين قرص الزور وقرص القلب.. وهى جزء من الجهاز المناعى ، كما أنها - على مستوى الطاقة - تنظم مقدار الطاقة المتدفقة خلال الجسم.



وتستجيب هذه الغدة لكل الأحجار ذات اللون الأزرق الفاتح أو التركواز مثل أحجار الفيروز . ولذا فإن الاسترخاء مع وضع حجر فيروز على مكان هذه الغدة يعمل على توازنها وزيادة كفاءتها كعضو من أعضاء الجهاز المناعى، وأيضًا على زيادة الطاقة المتدفقة خلال الجسم .





الأحجار المداوية للجيوب الأنفية

ما المقصود بالجيوب الأنفية ؟

الجيوب الأنفية (Nasal Sinuses) عبارة عن فراغات موجودة بين عظام الوجه (الجمجمة) أشبه بالجيوب الفارغة .. توجد فى صورة أزواج، منها زوج حول الأنف، وآخر فوق العينين، وآخر عند الخدَّين. وهذه الجيوب مُبطَّنة من الداخل بغشاء مخاطى يفرز مادة مخاطية وتتصل بالأنف من الخلف بقنوات ضيقة.

وهذا الغشاء المخاطى قد يحتقن ويلتهب بسبب نزلات البرد أو الأنفلونزا أو بسبب الحساسية لمواد معينة. وتبعًا لذلك يزيد إفراز المخاط من الغشاء المبطن للجيوب ويسيل خلف الأنف (Postnasal Drip) ، ويظهر احتقان واحمرار بجدران الأنف، وعادة يصاحب ذلك الشكوى من صداع شديد ، وانبعاث ألم عند الضغط بالأصبع على مناطق الجيوب.

وعند بعض الناس قد يمر هذا الالتهاب سريعًا ولا يستغرق سوى بضعة أيام قليلة فيسمى بالالتهاب الحاد.. لكنه بالنسبة لآخرين ، والذين يعانون غالبًا من مشكلة الحساسية، قد يستغرق وقتًا طويلاً فيكون مزمنًا، أو متكررًا.

وفى الطب البديل الحديث ترتبط مشكلة احتقان الجيوب الأنفية، وخاصة المزمنة أو المتكررة، بالناحية الشعورية عندما تكون هناك مشاعر مكبوتة أو دموع لا تسيل تحتاج لإخراج. وبالتالى فإن «تحرير» هذه المشاعر والدموع «الصلبة» يعد ركنًا أساسيًا لعلاج هذه المشكلة .

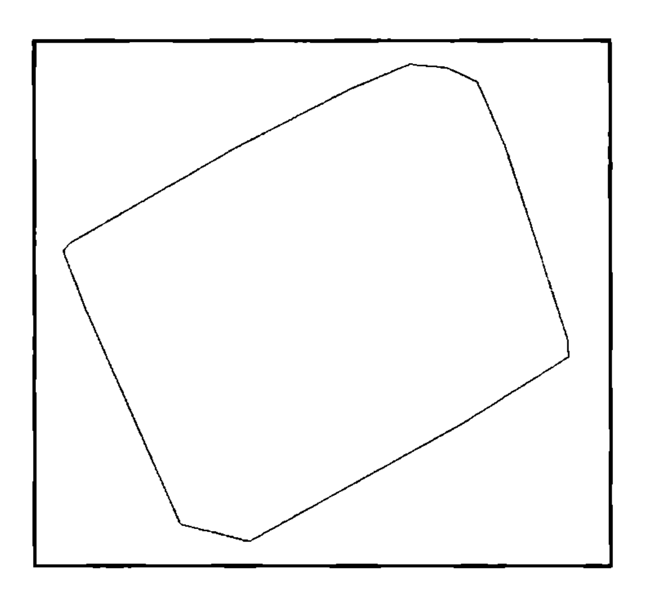
الكريستالات المداوية:

- **كريستالات المشاعر المكبوتة :**

حجر الأباتشى :

وهو حجر أسود أشبه بشكل الدَّمْعة (Apache Tears) ينتمى لتركيب حجر الأوبسيديان الأسود . ويساعد فى «إذابة» الانسدادات الشعورية وتخفيف الألم.

حجر الكالسيت النقى:



وهو عبارة عن كربونات كالسيوم متبلورة، ويعمل على تنقية ممرات الطاقة من الضغوط الشعورية.. كما يستخدم بصفة عامة كمزيل للسموم أو كمطهر.

حجر الفلوريت القرمزى (أو الأزرق) :

وهو يساعد على تنظيف ممرات الطاقة من الأفكار والمشاعر السلبية.. ولذا فإنه يفيد فى كل الحالات المزمنة .

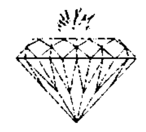
طريقة المعالجة :

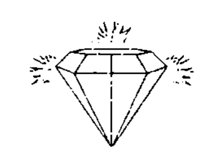
إخراج أو تحرير المشاعر المكبوتة والأفكار السلبية يعد أساسًا لتنظيف ممرات الطاقة .. والبكاء إحدى الوسائل المهمة لتحقيق ذلك، فإن كان يبدو للبعض علامة ضعف، إلا أنه فى الحقيقة سلوك صحي أحيانًا.

ووضع الكريستالات بالطريقة التالية لن يجعل دموعك تنهمر وإنما قد يشجعك على البكاء وإخراج المشاعر المكبوتة.



- اتخذ وضع الرقود .. مع إسناد الرأس على وسادة.
- ضع كل نوع من الأحجار الثلاثة على مناطق الجيوب الأنفية لمدة ٥ دقائق.
- ضع زوجًا من حجر الأباتشى فوق العينين عند ابتداء خط الحاجبين.. وضع زوجًا آخر على جانبى الأنف.
- ضع باقى الأحجار بنفس الطريقة.





مداواة الصداع والصداع النصفى بالأحجار الكريمة

أشكال مختلفة من الصداع :

الصداع التوترى :

هذا النوع أكثر أنواع الصداع شيوعًا، ويسمى توترى (Tension Headaches) لأنه يرتبط بتوتر العضلات بمنطقة الرأس والعنق الناتج عن أسباب مختلفة مثل : التوتر النفسى ، وإجهاد العين (كالجلوس لفترات طويلة أمام الكومبيوتر) ، وتعب العضلات الناتج عن اتخاذ أوضاع مجهدة، أو الإصابة بنزلات البرد.

وعادة يتركز الصداع التوترى فوق العينين، وبمؤخرة الرأس.

الصداع النصفى :

هذا نوع مميز من الصداع (Migraines) يتسبب فى ألم شديد ملازم للرأس يتركز عادة بجانب واحد من الرأس وقد ينتشر للرأس كله.

ويحدث نتيجة حدوث ضيق ثم اتساع بالأوعية الدموية المغذية للمخ لسبب غير معروف. لكنه يرتبط أحيانًا بعوامل مثيرة لنوبات الصداع قد تتمثل فى غذاء معين (كالجبن القديم)، أو عقار معين (كحبوب منع الحمل).

وقد يسبق حدوث النوبات بوادر تشير إلى قدوم النوبة.. مثل رؤية ضوء متوهج ، أو حدوث غثيان، أو حدوث خلل بالإحساس، كالوخز والشكشكة.

ويحدث هذا الصداع بين النساء أكثر من الرجال بأربع مرات .. وعادة يختار النساء فى منتصف العشرينيات.

صداع ما قبل الحيض:

خلال الأسبوع السابق لنزول الحيض، يعانى بعض الفتيات والسيدات من صداع يكون من النوع التوترى أو صداع نصفى . وهو يرتبط بحالة التوتر خلال تلك الفترة بسبب التغيرات الهرمونية .

الصداع العنقودى :

هذا النوع من الصداع (Cluster Headaches) يكون شديدًا مؤلمًا ويقع بجانب من الوجه بالجهة، والعين، والخد، ولذا يعتبر نوعًا من الصداع النصفى.

وعادة يحدث فى سن متقدمة نسبيًا . ويعتبر تناول الخمور من أبرز ما يثير حدوث هذا الصداع .

هل تحتاج لاستشارة الطبيب ؟

إن أغلب حالات الصداع تحدث مستقلة ، أى لا ترتبط بوجود مرض ما.. لكنها قد تكون عَرضًا لحالات مرضية كثيرة ابتداء من نزلات البرد وحتى أورام المخ !

وينبغى استشارة الطبيب وعمل الفحوصات اللازمة فى حالات الصداع الشديد المتكرر وخاصة المصحوبة بتقيؤ والتى لا تستجيب بدرجة جيدة لتأثير العقاقير المسكنة.

الكريستالات المداوية :

يمكن تخفيف الصداع باستخدام أحد أو كل الأنواع الثلاثة التالية:

- **حجر الأميتست (Amethyst):**

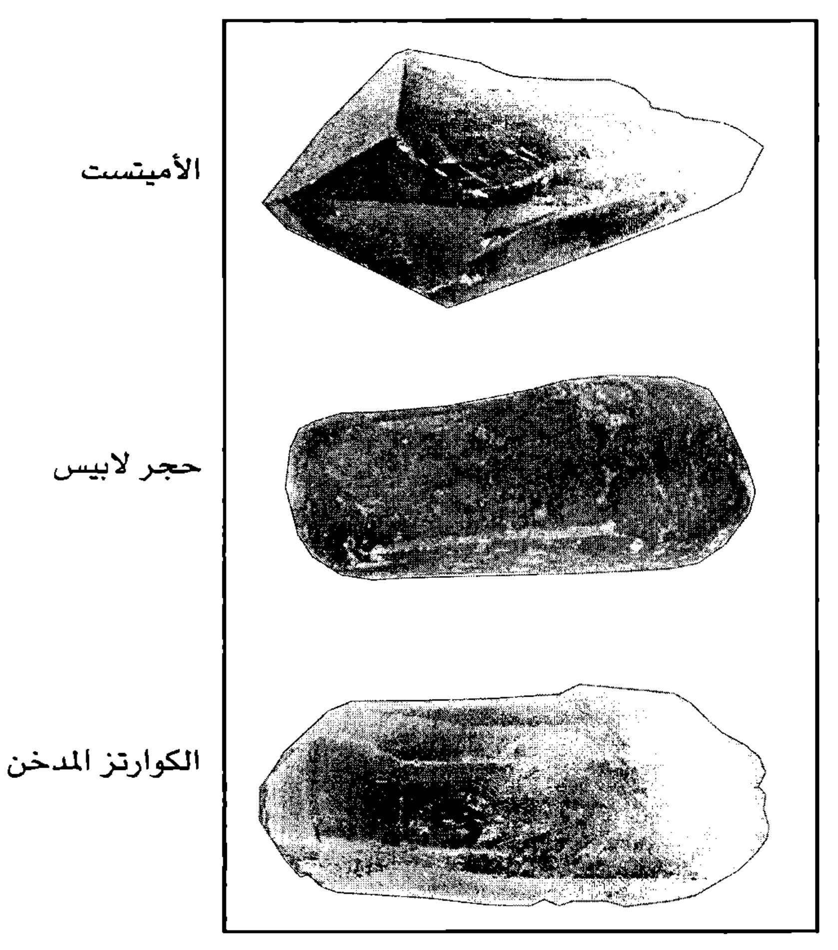
ويسمى كذلك حجر مَعْشُوق، وهو يعمل على تنقية ممرات الطاقة من الانسدادات المسببة للألم. كما يساعد على التهدئة والنوم.

- **حجر لابيس (Lapis):**

وهو حجر أزرق اللون مرتفع الثمن ، من أنواعه : حجر اللازورد **(Lapis Lazuli)**.. والذى يتميز بتأثير مهدئ ومخفف للألم العضوى.

- **حجر الكوارتز المدخن (Smoky Quartz):**

حيث يعمل على سحب الانسدادت وامتصاصها من ممرات الطاقة.



الأميتست

حجر لابيس

الكوارتز المدخن

طريقة المعالجة :

- اتخذى وضع الرقود مع الاسترخاء وغلق العينين وإسناد الرأس على وسادة.
- ضعى حجر الأميتست تحت الرأس عند قاعدة الجمجمة مع توجيه طرفه البارز لأسفل فى اتجاه الجسم.
- ضعى حجر اللابيس على الجبهة فيما بين الحاجبين.

- استخدمى خمسة أحجار من الكوارتز المدخن لها طرف بارز. ضعى حجرًا على أسفل الزور (مع توجيه الطرف البارز لأسفل).

وضعى حجرًا تحت مستوى كل قدم (مع توجيه الطرف البارز لأسفل) .. وامسكى حجرًا بكل يد (مع توجيه الطرف البارز للخارج).

- استرخى فى هذا الوضع .. وركزى على حركات التنفس .. واستشعرى خروج الألم مع الزفير وإحلال الراحة مع الشهيق.

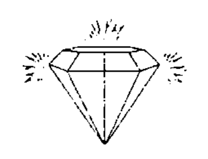
استمرى فى جلسة الاسترخاء لمدة ٢٠ دقيقة على الأقل .



كيف تقاومين نوبات الصداع ؟

احملى معك حجر كوارتز مدخن ليمتص أى انسداد يحدث بمسارات الطاقة من شأنه أن يسبب صداعًا.





أحجار الفيروز والنحاس لعلاج الروماتويد والتهاب المفاصل

ثلاثة أنواع من التهاب المفاصل:

هناك أنواع كثيرة من التهابات المفاصل (Arthritis) من أبرزها وأكثرها شيوعًا الالتهاب العظمى المفصلى (Oseoarthritis)، ومرض الروماتويد (Rheumatoid Arthritis)، وداء النقرس (Gouty Arthritis).

فى الالتهاب العظمى المفصلى، تتدهور حالة الغضروف المفصلى، كغضروف الركبة، بسبب كثرة استعماله على مر السنين، وخاصة فى حالة وجود وزن زائد فيصاب الغضروف بتلف وخشونة مما يجعل حركة المفصل ثقيلة ومؤلمة. ولذا تظهر هذه الحالة مع التقدم فى السن، وخاصة بين النساء بعد بلوغ مرحلة سن اليأس.

أما مرض الروماتويد، فإنه يصيب عدة مفاصل، ويكون ناتجًا من خلل بالجهاز المناعى يجعله يهاجم أنسجة المفاصل (أو الغشاء الزلالى) .. أى أن الجسم يهاجم نفسه بنفسه، ولذا يعتبر المرض مرتبطًا بالمناعة الذاتية (Auto - Immune Disease) كما يؤثر المرض على الجسم بأوجه مختلفة فقد يتسبب فى نقص الوزن ، والأنيميا ، وضعف العضلات ، والتعب العام، ونقص الشهية ، ومع الوقت قد يؤدى المرض لتشوهات بالمفاصل.

أما مرض النقرس، فهو ناتج عن ارتفاع مستوى حمض البوليك بالدم مما يؤدى لترسب بللوراته بأنسجة بعض المفاصل وخاصة بالأصبع الأكبر من القدم (الأخمص)، وهو ما يؤدى لألم شديد واحمرار بالجلد. ويرتبط المرض بخلل متوارث فى تمثيل نوعيات من المواد الغذائية ترتبط بتكوين هذا الحمض، والتى تتوافر فى أعضاء الحيوانات ، واللحوم، والبقول، والحبوب.

أهمية معدن النحاس لمرضى المفاصل :

اكتسب معدن النحاس بعض الشهرة والأهمية من خلال استخدامه كأسورة لليد أو سوار للعنق حيث يعمل على تخفيف آلام المفاصل.

ونحن هنا سنستخدم هذا المعدن للتأثير بطاقته على الجسم بشكل آخر.

ومن الضرورى كذلك توفير هذا المعدن الهام من المعادن النادرة فى الطعام للاستفادة بتأثيراته الإيجابية على التهاب المفاصل وعلى صحة الجسم عمومًا .. والتى تتمثل فيما يلى:

- وجود النحاس ضرورى لامتصاص الجسم لبعض المغذيات والاستفادة بها وخاصة الحديد، وفيتامين (ج).
- يساعد النحاس فى حفظ وتوازن مستويات الكوليستيرول.
- لأن النحاس يدخل فى تركيب كثير من الإنزيمات فهو ضرورى لقيام الجسم بكثير من وظائفه مثل توليد الطاقة من الغذاء، والمحافظة على أغلفة الأعصاب (Myelin Sheats)، وإنتاج الميلانين (الصبغات الملونة للجلد والشعر)، ونمو العظم، والمحافظة على سلامة الجهاز التناسلى، وجهاز المناعة.

طريقة المعالجة :

الكريستالات المقوية للمناعة :

تلك هى الكريستالات والأحجار الكريمة الغنية بمعدن النحاس مثل :

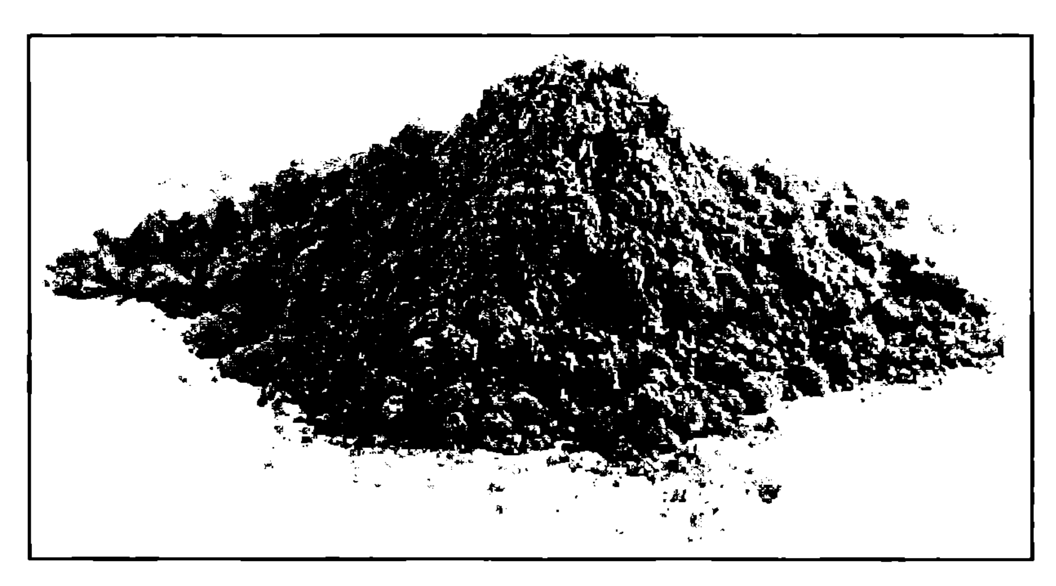
الفيروز (Turquoise) ، والكريسوكولا (Chrysocolla)، والملخيت (Malachite) ، والديوبتاس (Dioptase).

ومن الطريف أن هذه الكريستالات الغنية بالنحاس تساعد بطاقتها المشعة على زيادة نمو النباتات بالمنزل.

- **حجر الفيروز :**

يتركب الفيروز من الماء والفوسفات والألومنيوم والنحاس. ويعمل على تقوية وتدعيم الجهاز المناعى وتخفيف التهاب المفاصل . ولذا فإنه من

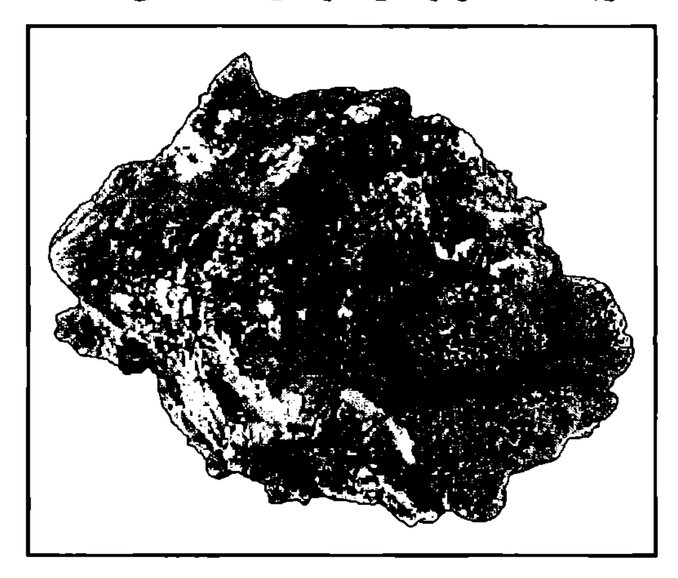
المفيد لمرضى المفاصل، كمرض الروماتويد والالتهاب العظمى المفصلى (كخشونة غضروف الركبة) أن يحملوا هذا النوع من الكريستال وأن يتداووا بطاقته .



أحجار الفيروز غنية بالنحاس الخام وتتميز بدرجات متفاوتة من اللونين الأزرق والأخضر تختلف باختلاف المنجم المنتج للنحاس.

حجر الملخيت :

وهو حجر ملوَّن بالأخضر أو الأزرق مع الأسود يتكون من النحاس الخام المترسب بالصخور. ويساعد فى تخفيف التهابات المفاصل وتقليل الحموضة الزائدة بالأنسجة ، وإعادة التوازن والتوافق الداخلى .



حجر الملخيت

استخدام النحاس فى التداوى :

بالإضافة للتداوى بالكريستالات السابقة فإنه من الممكن أيضًا التداوى بقطع النحاس الخام مباشرة (Copper Nuggets) والذى يمكن الحصول عليه بسهولة. إن النحاس الخام يعد مصدرًا جيدًا للطاقة التى تعيد التوافق والتوازن لأجهزة الجسم، بما فى ذلك الجهاز المناعى. ويستخدم فى التداوى بالنحاس الكوارتز الصافى ليعمل على توجيه وتقوية سريان الطاقة من قطع النحاس الخام.

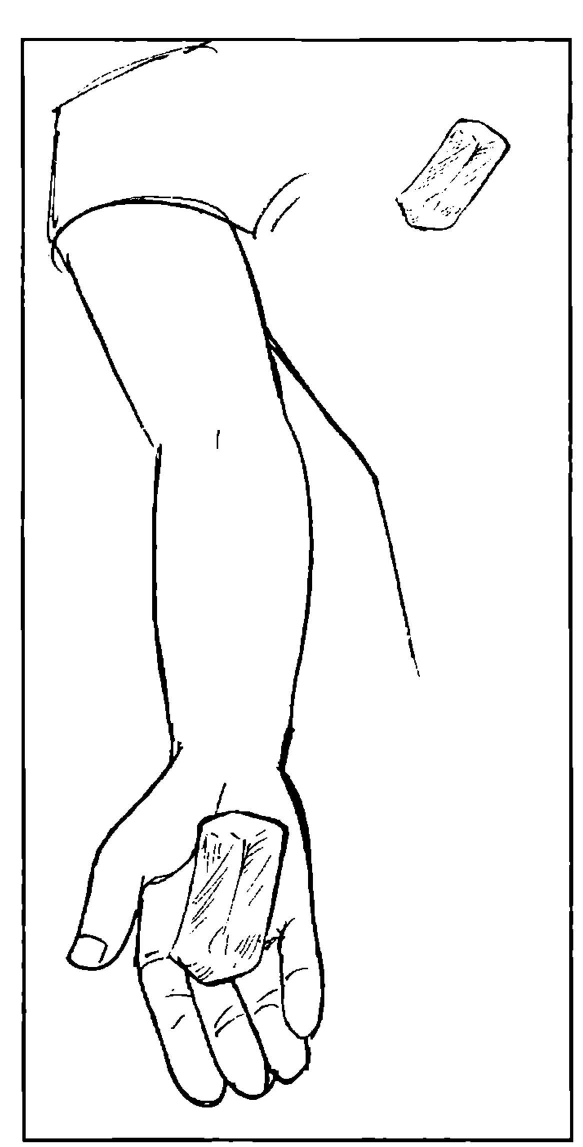
الطريقة :

١- يمدد الجسم على الأرض مع إسناد الرأس على وسادة .

٢- توضع قطعة النحاس الخام على منطقة قرص الطاقة المرتبط بالقلب (أى بمنتصف الصدر).

٣- توضع قطعة كوارتز على كف اليد اليمنى، وأخرى على كف اليد اليسرى.

يجب اختيار حجر كوارتز له حافة واحدة بارزة (Termination) ويراعى أن يكون البروز موجهًا للخارج على اليد اليمنى، وموجهًا للداخل على اليد اليسرى (كما بالشكل التالى). وتستمر جلسة التداوى لمدة ٢٠ دقيقة. ولا مانع من اختصارها عن ذلك فى حالة الإحساس الفطرى بالحصول على طاقة كافية .



التداوى بالنحاس الخام مع الكوارتز

تجميل بشرة الوجه بالكريستال

عوامل كثيرة تهدد جمال بشرتك :

بشرة وجهك (أو جلدك عمومًا) أحيانًا تكون «ضحية» لعدة عوامل تتآمر على إتلافها وضياع جمالها ورونقها.. وهذه مثل:

- أشعة الشمس فوق البنفسجية (UVR) .
- التدخين ، والخمور .
- الغذاء الفاسد والحساسية ضد بعض أنواعه.
- التلوث بكل أنواعه كتلوث الهواء .
- نقص أو سوء التغذية مما يحرم البشرة من بعض المغذيات المهمة.
- استعمال مساحيق أو مستحضرت غير مناسبة .
- الحمل والولادة .. وهو ما يؤدى لظهور علامات بالجلد (Stretchmarks).. والتى تظهر كذلك بسبب إنقاص الوزن السريع.
- التقدم فى العمر.. حيث تقل كمية الإيلاستين والكولاجين .. وهما نوعان من البروتينات الضرورية لمرونة الجلد.. ونقصهما يحفز على حدوث التجاعيد.
- حَشْر الجلد على الوسادة أثناء النوم .. وهو ما يحفز على حدوث تجاعيد بالوجه وخاصة بمنطقة أسفل العين والخد.
- الجاذبية الأرضية .. حيث تعمل على شد الجلد لأسفل مما يحفز على حدوث التجاعيد.
- التوتر والانفعالات والمشاعر المكبوتة.

تدليك الوجه بالكريستالات :

• الكريستالات المحفزة على نضارة البشرة :

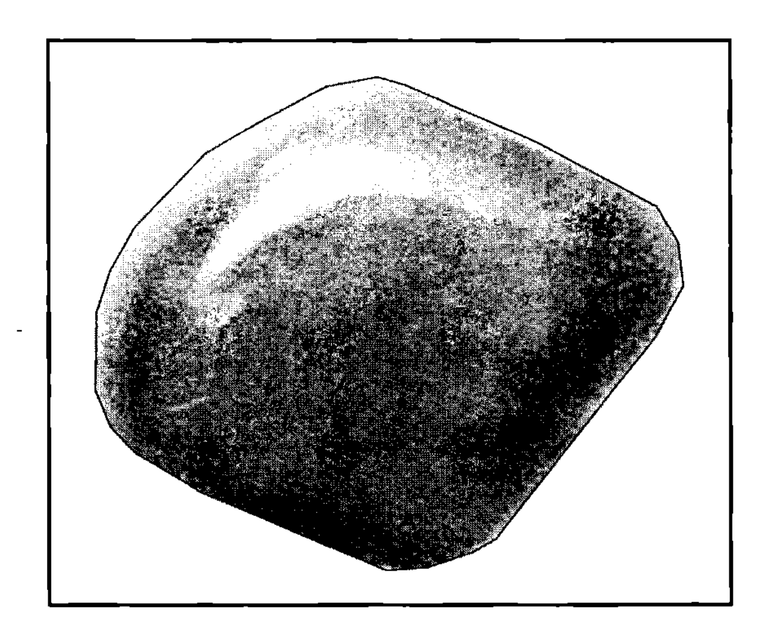
إن آخر وسيلة للعناية ببشرة الوجه قد تفكرين بها هى تدليك البشرة **(Facial Massage)** .. وذلك على الرغم من أنها وسيلة سهلة ومتعددة المنافع .. حيث تحقق ما يلى :

- تنشيط الدورة الدموية بالوجه مما يجعل البشرة أكثر نضارة وحيوية.
- تخفيف توتر عضلات الوجه وإزالة «الوجه العابس» وتقليل فرصة حدوث التجاعيد.

ومن المألوف أن يتم التدليك بأصابع اليد فى الاتجاه من أسفل لأعلى.

لكننا هنا سنتحدث عن التدليك باستخدام الكريستالات .. وهو قائم على أساس هذه الحقيقة الهامة التى قد يجهلها البعض وهى أن المشاعر والأحاسيس تؤثر أيضًا على مظهر البشرة والوجه !

ولهذا الغرض نختار حجر الكوارتز الوردى (البمبى الفاتح) إذ يعد مداويًا للمشاعر السلبية .. وكذلك حجر المونستون أو حجر القمر **(Moon Stone)** والذى يلطف ويريح المشاعر .

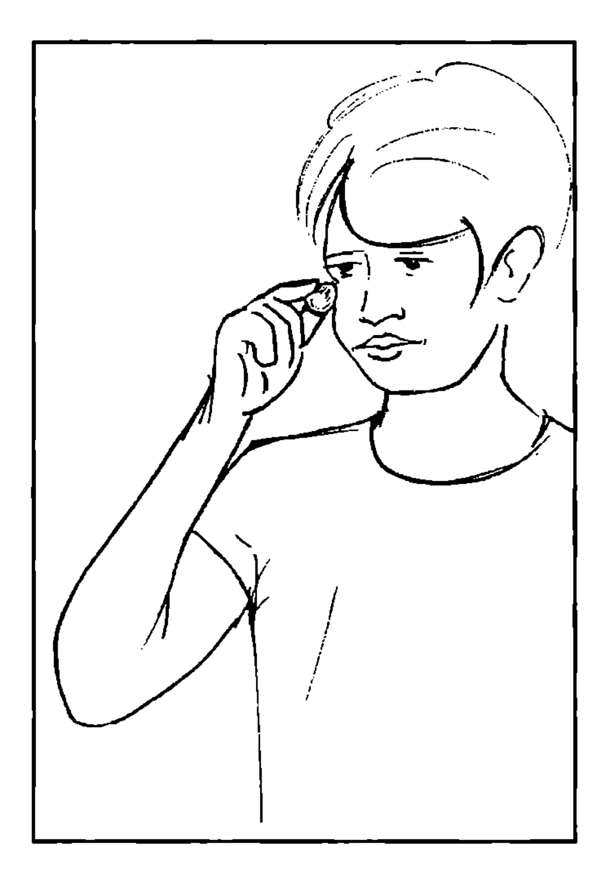


الكوارتز البمبى .. مداوٍ للمشاعر السلبية



حجر القمر (أو المونستون) وهو حجر غنى بالسليكون ($Ka\ Si_3\ O_8$) له لون أبيض أو مائل للاصفرار .. ويعد من أفضل أنواع الحجارة للنساء خاصة.

طريقة استخدام الأحجار فى العناية بالبشرة :



● يُغسل الوجه بالماء الفاتر.

● توضع كمية مناسبة من الزيت لتسهيل حركة الحجر، ويفضل استخدام زيت اللوز الحلو أو زيت جوجوبا.

● يبدأ التدليك من أسفل لأعلى بحركات دائرية صغيرة خفيفة ، فيبدأ من العنق ثم حول الفم، ثم منطقة الخد، ثم حول الأنف، ثم يكون التدليك حول العينين بمنتهى الرفق، وأخيرًا يتم تدليك الجبهة.

● ويكرر التدليك لثلاث مرات ويراعى اختيار أنواع ناعمة ملساء مجهزة من الحجارة الطبيعية (Tumbled Stones) .

طرق أخرى للانتفاع بالأحجار فى التجميل:

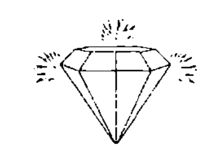
● تناولى «روح حجر الكوارتز» .. بالطريقة التى سبق توضيحها.

● وأضيفى هذه الخلاصة «روح الكوارتز» للزيوت أو الكريمات التى تستخدمينها للبشرة .. واعملى بها تدليكًا يوميًا . ولاحظى أن زيت «فرانكيستين» العطرى يعد من أفضل الزيوت الحاملة لهذه الخلاصة.. ويساعد التدليك به على استعادة الطلعة البهية والمظهر الشبابى لبشرتك.

● استخدمى أيضًا «روح الكوارتز» أو «روح حجر القمر» بإضافتها لماء الحمام.

● تزينى بوضع هذه الأحجار على جسمك (أحجار الكوارتز المونستون) لمساعدة تحقيق التوازن الشعورى والذى هو ضرورى لجمال بشرتك.





خففى متاعب الدورة بأحجار المونستون

أشكال مختلفة من المتاعب :

متاعب الدورة الشهرية لها صورة مختلفة .. فخلال الفترة السابقة لنزول الحيض (أسبوع أو أكثر) يعانى بعض النساء من حالة توتر وعصبية زائدة وانتفاخ بالثديين وبالقدمين بسبب احتجاز كمية زائدة من الماء والملح بسبب التغير الهرمونى خلال تلك الفترة .. وهو ما نسميه بمتلازمة ماقبل الحيض (Premenstrual Syndrome = PMS) وقد تعانى فئة أخرى من غزارة الطمث، وخاصة خلال الفترة السابقة لبلوغ سن اليأس .

وقد تعانى فئة أخرى من ازدياد ألم الحيض (Dysmenorrhea)، وهذه المشكلة تظهر عادة بين الفتيات قبل الزواج، ويصاحبها تقلصات شديدة بأسفل البطن وتقيؤ. ولكن فى الحقيقة أن حالات كثيرة من متاعب الدورة ترتبط بصفة عامة بزيادة التوتر النفسى أو بالمشاعر السلبية، فكلما زادت درجة هذا العامل زادت الشكوى والمتاعب.

أهمية منطقة الحوض :

إن الجزء من جسمك الذى تكمن به هذه المشاكل المختلفة السابقة هو منطقة الحوض (Pelvic Region) .. ومن خصائص هذه المنطقة أنها ترتبط ارتباطًا وثيقًا بالطاقة الحيوية (تشى) أو تمسك بها.. كما ترتبط بعنصر الماء.. ويسيطر عليها قرص الطاقة العجزى (Sacral Chakra).. وهذا المركز يسيطر فى الوقت نفسه على تدفق الطاقة فيما بين الجسم والمشاعر. والمشاعر السلبية تعيق هذا الاتصال وتقود الجسم إلى حالة من عدم التوازن.

ولذا فإن طرد المشاعر السلبية أو مقاومتها يؤدى لتحسن واضح لهذه المتاعب المرتبطة بمنطقة الحوض (أو متاعب الدورة الشهرية).

حجر المونستون :

حجر المونستون أو حجر القمر (Moonstone) له علاقة قوية بقرص الطاقة العجزى . فالقمر له تأثير قوى على «الماء» وعلى الجهاز التناسلى للأنثى من خلال تغير أشكاله فى السماء (ولذا نقول إن الدورة الشهرية تبدأ مع بداية الشهر القمرى).. ويعتبر القمر الهلالى هو رمز القرص العجزى.

ولذا يعتبر حجر المونستون الذى يرتبط بالقمر هو أنسب الأحجار للتداوى من متاعب الدورة وأنسب الأحجار للمرأة عمومًا فله طبيعة مؤنثة مؤثرة.

طريقة المعالجة:

تعتمد هذه الطريقة على ممارسة الاسترخاء والتركيز على حركات التنفس مع الإمساك بحجر المونستون المُجهَّر الناعم (Tumbled) .. وإذا لم يتوافر لك يمكنك استخدام حجر المورجانيت (Morganite) والذى يساعد على تحقيق التوازن الشعورى ويطرد الإحساس بالألم.



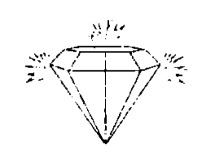
التداوى بحجر المونستون

- استرخى على مقعد مريح .
- بعد عدة دقائق من الاسترخاء امسكى بحجر المونستون بيديك .. وتأمليه جيدًا من مختلف النواحى بنظرك .. واجعلى تركيزك منصرفًا إلى متابعة حركات التنفس (الشهيق والزفير) والتى يجب أن تكون عميقة هادئة.
- بعدما تشعرين بقدر كاف من الاسترخاء، قومى بغلق عينيك وابدئى فى «تنفُّس» الطاقة التى يبثها الحجر.
- استمرى فى وضع الاسترخاء واستشعار الطاقة حتى تشعرى بحلول الراحة.

التعريف بحجر المونستون :

- هو حجر له مكانة خاصة عبر التاريخ واعُتبر من الأحجار السماوية. يتميز ببريق خفيف غريب مما جعل البعض يكسبه صفة سحرية.
- يُعتقد أنه يرتبط بطاقة القمر (Lunar Energies).. ولذا فإنه يرتبط بحركة المد والجزر على الأرض ، ويرتبط كذلك بتغير دورات الحياة : الولادة، النضج ، الموت .
- يرتبط الحجر كذلك بالجسم الأثيرى ويعمل على التئام الأجزاء التالفة من الهالة.





علاج «السيليوليت» بأحجار الكوارتز

ما المقصود بالسيليوليت ؟

السيليوليت (Cellulite) عبارة عن تجمعات لخلايا دهنية ورواسب تحت الجلد تظهر عادة بخلف الأفخاذ والأرداف .. ويصير الجلد بمناطق تلك التجمعات سميكًا متسع المسام أشبه بقشر البرتقال (Orange Peel).

ولكن ما سبب ظهور هذه التجمعات الدهنية التى تسيء لجمال البشرة؟

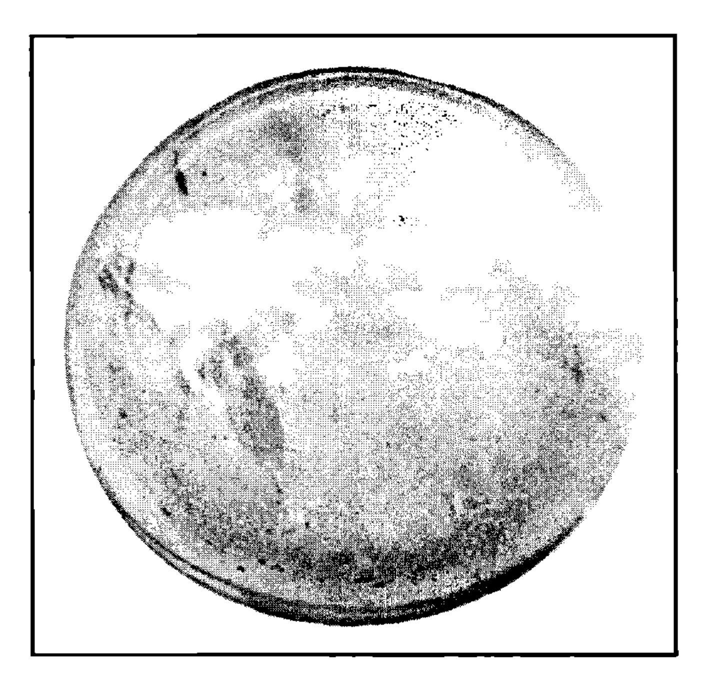
إنها ترتبط فى الحقيقة بأكثر من عامل مثل: الدورة الدموية الضعيفة التى تحفز على تراكم الدهون والفضلات داخل جيوب تحت الجلد .. وأيضًا بكثرة تناول الدهون فى الغذاء .. وقد ترتبط كذلك بزيادة الوزن.. وأحيانًا ترتبط بوجود كميات زائدة من هرمون الإستروجين. ولأن السيليوليت عبارة عن «تراكمات» فإن علاجها يكون بالتدليك المتكرر، والتفريش المتكرر (أى استخدام الفرشاة) لعل ذلك يساعد فى فض تلك التراكمات .. وكذلك بممارسة الرياضة وتنظيم الغذاء بحيث تقل به نسبة الدهون.

إن التدليك بصفة عامة ينشط الدورة الدموية مما يساعد على مرور المخلفات والسموم وإخراجها .. ويساعد أيضًا على بسط العضلات المتقلصة وإزالة التوترات .. أما التدليك بالكريستالات فإنه بالإضافة لما سبق ينشط «الهالة» بطاقته .. ويساعد على التئام طبقات الجلد الممزقة.

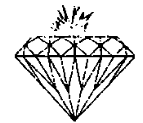
ولهذا الغرض يفضل استخدام أحجار الكوارتز الصافى الناعم.. ويفضل أن تكون على شكل عصا (Wand) ، أو شكل كرة.

طريقة المعالجة :

- استخدمى زيتًا لدهان المنطقة المراد تدليكها لتسهيل حركة حجر الكوارتز.. ويفضل استخدام زيوت اللوز الحلو، أو نواة المشمش، أو جوجوبا، أو بذر العنب.
- قومى بالتدليك بحركة دائرة خفيفة فى اتجاه عقارب الساعة .. واجعلى ضغط يدك أثناء حركة التدليك مريحًا مناسبًا.



حجر الكوارتز النقى على شكل كرة





أحجار الياقوت لعلاج الاضطرابات الجنسية

أسباب الضعف الجنسي :

ضعف الرغبة الجنسية (Low Libido) يعنى ضعف مَيْلك لممارسة العملية الجنسية أو ضعف استمتاعك بها بالنسبة لما كنت عليه من قبل. ولكن لماذا ؟

هناك طائفة كبيرة من المسببات النفسية والعضوية لذلك، مثل: التوتر، والقلق، والاكتئاب، والتعب، واضطراب الهرمونات كنقص هرمونات الغدة الدرقية ، ونقص الهرمون الذكرى وضعف تدفق الدم للأطراف بما فى ذلك الأعضاء التناسلية.

أما الضعف الجنسى والذى يوصف أحيانًا بالعنة (Impotence) فيعنى ضعف القدرة على تحقيق انتصاب قوى للعضو الذكرى أو ضعف القدرة على الاحتفاظ بالانتصاب لفترة مناسبة تكفى للقيام بالنشاط الجنسى.

وعادة ما تجتمع أسباب عضوية ونفسية وراء هذه المشكلة مثل مشاكل البروستاتا، واضطراب الهرمونات، ومرض السكر، وتناول بعض العقاقير، ونقص تدفق الدم للأطراف ، والاكتئاب إلى آخره.

العلاج بالياقوت :

الياقوت (Ruby) يعمل بطاقته المشعة على المستوى العضوى والمستوى الشعورى (أو النفسي).

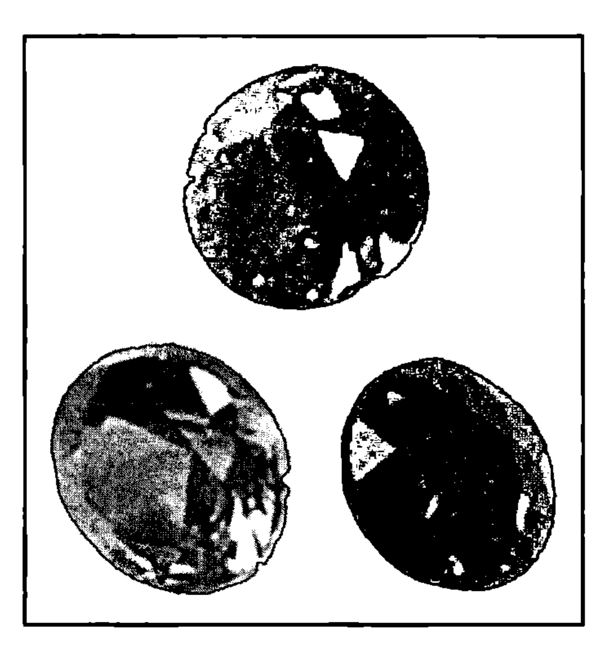
فعلى المستوى العضوى، فإنه يدفئ الجسم ويزيد من توارد الدم، وينظم خروج الأدرينالين إلى تيار الدم، ويزيل تقلص العضلات بالساقين والركبتين والأرداف، ويقاوم الارتجاف أو القشعريرة.

أما على المستوى الشعورى، فإنه يزيل الخوف والتردد النفسى، ويعيد التماسك النفسى ويقوى الرغبة فى الحياة.

ولذا فإن الياقوت يزيد ويدعم الطاقة الجنسية.. ويعين على الثبات النفسى أثناء الممارسة الجنسية.

طريقة المعالجة :

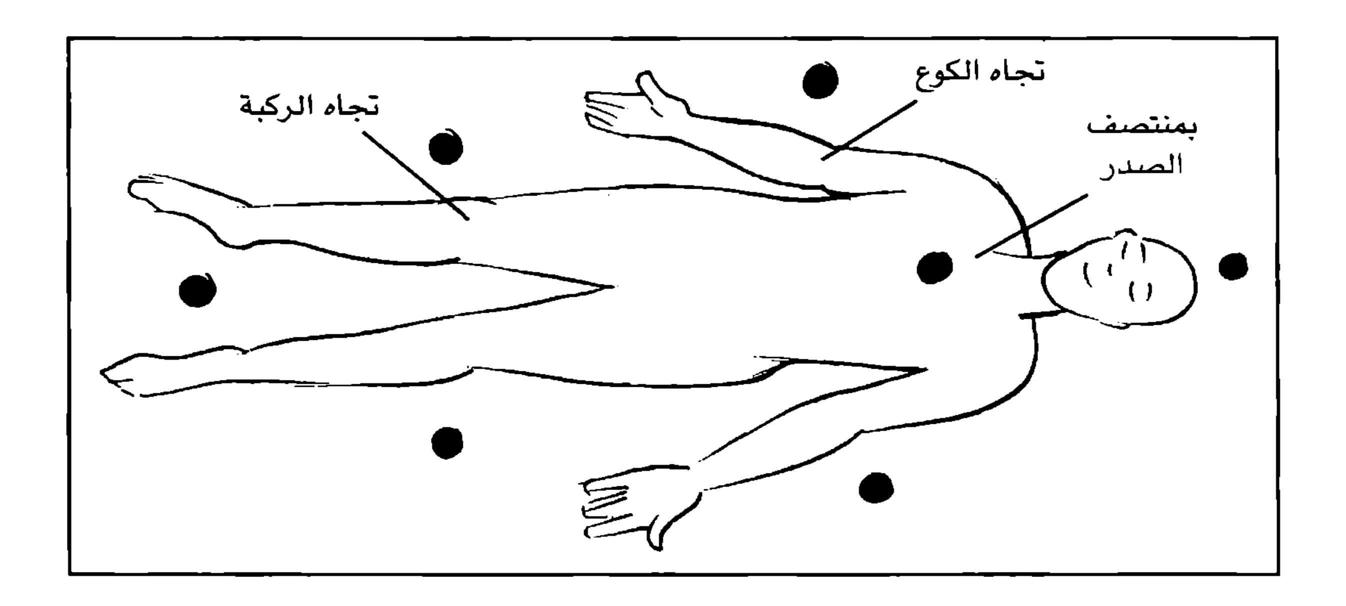
- **شحن الجسم بطاقة الياقوت :**



حجر الياقوت الأزرق

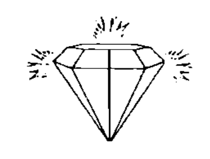
- مدد جسمك على الأرض مع إسناد الرأس على وسادة.
- ضع ٦ أحجار ياقوت حول جسمك : واحدة أعلى مستوى الرأس .. وواحدة أسفل مستوى القدمين .. وواحدة فى مستوى الكوعين على الجانبين.. وواحدة فى مستوى الركبتين على الجانبين.
- ضع حجرًا سابعًا تحت الرأس عند قاعدة الجمجمة .. وحجرًا ثامنًا على منطقة قرص الطاقة المرتبط بالقلب (بمنتصف الصدر).

● استرخ فى هذا الوضع لمدة ٢٠ دقيقة .. أو اكتف بفترة أقل من ذلك متى شعرت بسريان الطاقة بجسمك بما فيه الكفاية.



وضع التداوى بأحجار الياقوت لزيادة الطاقة الجنسية





العقيق الأحمر

لمساعدة حدوث الحمل

أسباب وراء تأخر الحمل :

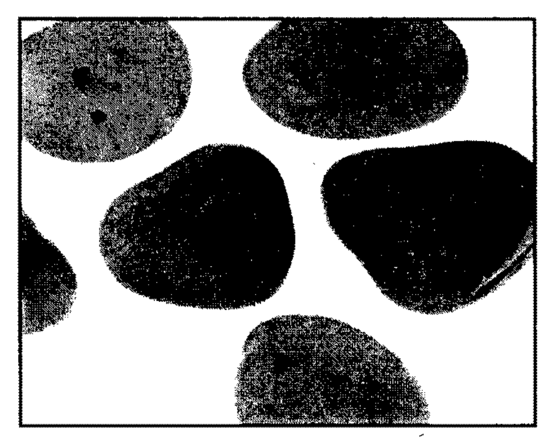
عدم حدوث حمل بعد جماع منتظم بين الزوجين على مدار عام كامل يعنى وجود مشكلة يجب تشخيصها وعلاجها . قد ترتبط عند الزوجة بضعف التبويض، أو بزيادة درجة حموضة المهبل (مما يقتل الحيوانات المنوية) ، أو بوجود انسداد بقناة فالوب، أو وجود أكياس على المبيض .. إلى آخره .. وقد ترتبط عند الزوج بوجود ضعف بحيوية الحيوانات المنوية لأسباب مختلفة مثل وجود دوالى بالخصية ، أو بسبب الإفراط فى التدخين، أو نتيجة التعرض لملوثات وكيماويات ضارة كالمبيدات الحشرية.

وأحيانًا لا يكون هناك سبب واضح لتأخر الحمل.

فى هذه الحالة الأخيرة يمكن اللجوء للاستفادة بطاقة حجر العقيق الأحمر .

العقيق الأحمر :

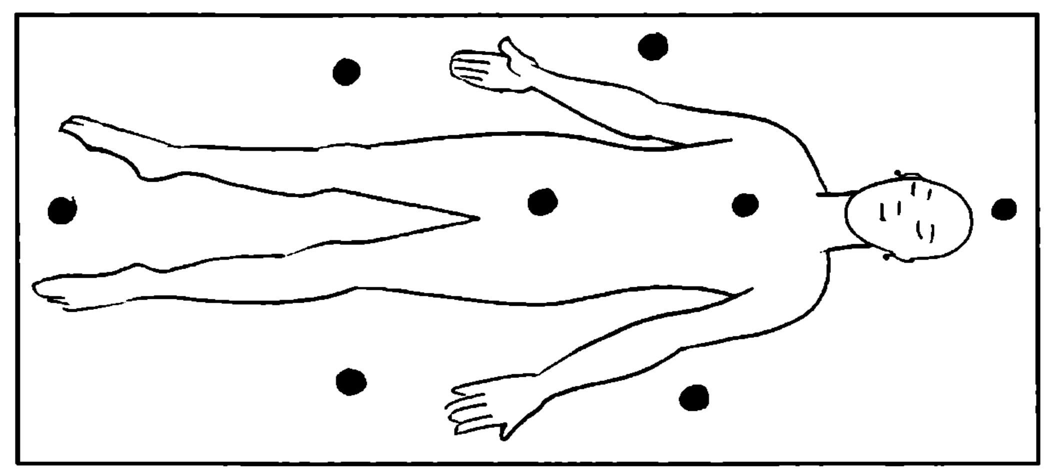
يتميز حجر العقيق الأحمر (Carnelian) بتأثير قوى على الجهاز التناسلى للأنثى حيث يعمل على تحرير الضغوط أو التئام الإصابات التى لحقت بالجسم الأثيرى (الهالة).. ويحفز على تدفق الحيوية أو الطاقة خلال الجسم العضوى كما يزيد القدرة على الابتكار من خلال تأثيره الإيجابى على القرص العجزى.



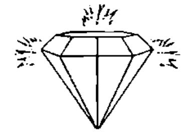
أحجار العقيق الأحمر (أو البرتقالى الغامق)

طريقة المعالجة :

- استرخى على الأرض مع إسناد الرأس على وسادة.
- يوضع عدد ٢ من أحجار العقيق وعدد ٦ من أحجار الكوارتز الصافى فى المواضع التالية : يوضع حجر كوارتز وراء مستوى الرأس، وآخر أسفل مستوى القدمين وآخران فى مستوى الكوع على الجانبين، وآخران فى مستوى الركبتين على الجانبين مع توجيه طرف الحجر البارز للخارج.
- ويوضع حجر ياقوت على مكان قرص العجز (أسفل السرة) ، وآخر على عظم منتصف الصدر (عظم القص) فيما بين القلب والزور (يسمى هذا الموضع بنقطة الشهادة (Witness Point) فهو الموضع المألوف للقسم أو للشهادة).
- تستغرق جلسة المعالجة ٢٠ دقيقة ، ويمكن اختصارها عن ذلك فى حالة الإحساس بتدفق سريع للطاقة.



وضع التداوى بأحجار الياقوت والكوارتز



حجر الأميتست لعلاج الأرق

مداواة الأرق بالأحجار الكريمة :

اضطرابات النوم لها عدة صور مثل صعوبة الخلود إلى النوم، أو الاستيقاظ مبكرًا على غير الرغبة، أو صعوبة الانخراط فى نوم عميق مريح غير متقطع . وفى جميع الأحوال عادة ما يكون للمشاعر السلبية، كالتوتر والاكتئاب والقلق والإحباط علاقة بنقص النوم. لكن هناك عوامل أخرى لا شك أنها ترتبط بنقص النوم مثل كثرة تناول الكافيين (القهوة والشاى والكولا) ، ومثل عدم ملاءمة المكان لبدء النوم، كما فى حالة الضوضاء والإزعاج، أو عدم موافقة درجة الحرارة كالبرد الشديد أو الحر الشديد .

وحجر الأميتست (Amethyst) ينقِّى الجسم العضوى والجسم الأثيرى.. ويتخلل بطاقته إلى الأعماق لينظف الجسم من المصدر المسبب للأرق. والتداوى به يقاوم التوتر ويضبط المشاعر مما يهيئ الجسم لبدء عملية النوم المريح.

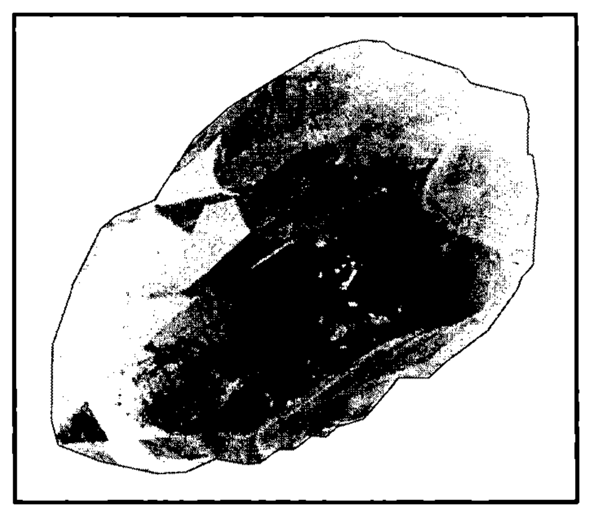
وهناك أحجار أخرى تتشابه فى التأثير وتناسب حالات الأرق، مثل: السوجيليت (Sugilite)، واللوليت (Lolite) .

طريقة المعالجة :

- استرخى فى فراشك مع إسناد الرأس على وسادة.
- ضعى حجر الأميتست على منطقة «قرص العين الثالثة».. أى أعلى بداية الحاجبين (تختص هذه النقطة بالمعالجة بالإبر الصينية لتصريف الطاقة الراكدة التى قد تتسبب فى حدوث الأرق).



- احتفظى بالحجر فى مكانه لمدة ١٥ دقيقة أو يمكنك الخلود للنوم دون إزالة الحجر.
- ضعى الحجر بعد ذلك تحت وسادتك.



حجر الأميتست المقاوم للأرق

استخدمى زيت اللافندر العطرى :

يمكنك أيضًا مساعدة الخلود للنوم باستخدام زيت اللافندر العطرى.

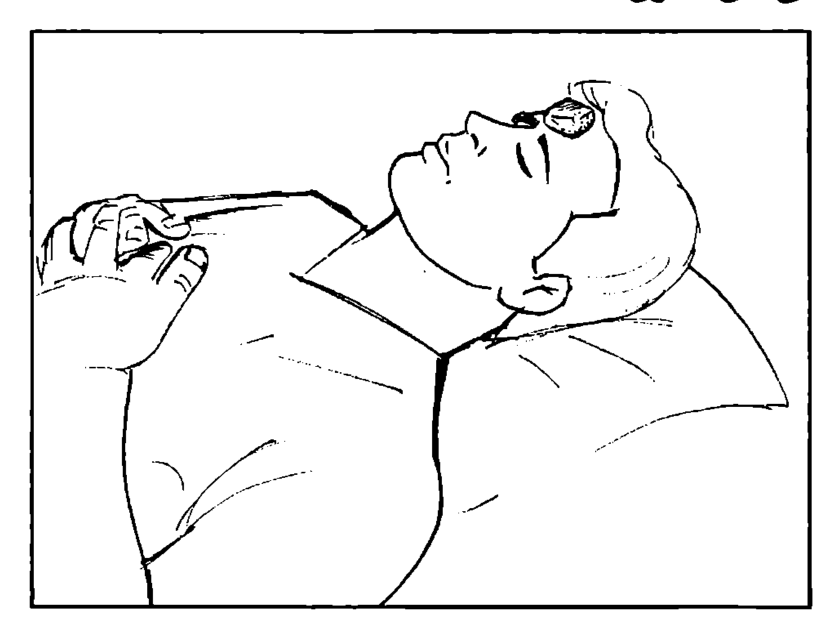
أضيفى بضعة نقط من الزيت لماء الحمام الدافئ.. وضعى على الجدران من حولك مجموعة من أحجار الأميتست .. وأضيئى مجموعة من الشموع.

استرخى فى هذا الحمام المعطر الدافئ قبل النوم.

وأضيفى بضعة نقط من زيت اللافندر لوسادتك لتستنشقى رائحة العطر المهدئ أثناء تواجدك فى الفراش.

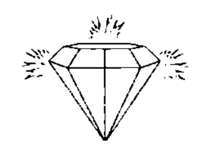
علاج الأرق بحجر الأميتست :

الأحجار البنفسجية اللون تساعد العقل على أن يعمل بشكل أكثر نظامًا، وهو ما نحتاجه عندما نشعر بالارتباك أو التشتت أو نعانى من الأرق .



ولذا فإنه من المفيد لمقاومة الأرق وضع حجر بنفسجى كحجر الأميتست على الجبهة (أو قرص العين الثالثة) لمساعدة «العقل الدائر القلق» على الهدوء وتنظيم الأفكار مما يساعد على الخلود للنوم.





حجر الكوارتز لبث الحيوية ومقاومة الشيخوخة

مظاهر الشيخوخة :

مع التقدم فى العمر تنخفض الطاقة الحيوية وتضعف بعض وظائف الجسم كالهضم، وكفاءة القلب، والقدرات الذهنية كالتركيز والتذكر، والوظائف الجنسية .. ومن أهم ما يساهم فى ذلك حدوث تصلب بالشرايين وضعف تدفق الدم للمخ والأطراف .. بالإضافة كذلك لحدوث نقص ببعض المغذيات بالجسم سواء لضعف عملية الامتصاص أو لضعف الشهية.

ومن الوسائل المهمة لمساعدة بث الطاقة فى الجسم الذى يعانى من ضعف قدراته بسبب مظاهر الشيخوخة التركيز على عملية التنفس (Breathing).

إن القيام بالتنفس ليس مجرد إدخال وإخراج الهواء (الشهيق والزفير)، وإنما يصاحب الشهيق دخول لطاقة الحياة (The Life Force) إلى الجسم والتى تعيننا على الحياة والبقاء، والتى تعرف في الطب الصينى باسم «تشى» وفى الطب الهندى باسم «برانا» .

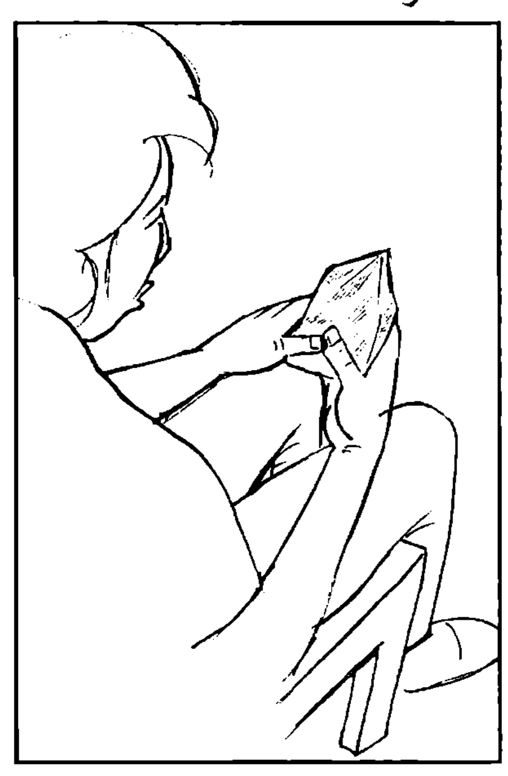
ولذا فإن القيام بتدريبات واعية للتنفس يمكن أن يزيد من طاقة الجسم، وخاصة مع الاستفادة بالطاقة المشعة لبعض الكريستالات .

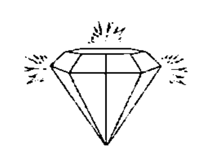
ومن أفضل الأنواع التى يمكن استخدامها من خلال تدريبات التنفس أحجار الكوارتز الصافى.

تدريب للتنفس لزيادة الطاقة بأحجار الكوارتز :

- اجلس على مقعد مريح مع دفع الظهر للوراء.
- قم بدفع الكتفين لأعلى ثم لأسفل عدة مرات لتحرير عضلات الكتفين من الضغط (أو الطاقة المحبوسة) وللشعور بالاسترخاء وقم بقبض وفرد اليدين عدة مرات لطرد المشاعر السلبية وتحفيز تدفق الطاقة (تشى) باليدين.
- امسك بحجر الكوارتز أمامك.
- تنفس بعمق وببطء لعدة مرات فاملأ رئتيك بالهواء تدريجيًا .. وقم بالزفير على مهل .. واستشعر حركة دخول الهواء وامتلاء الرئتين وحركة مغادرة الهواء للخارج من الرئتين.
- تأمل حجر الكوارتز الممسك به .. وتصوَّر أنك تتنفس طاقته .. واستمر فى الشعور بالاسترخاء .. ودع عينيك تنغلقان .
- اجعل تركيزك منصرفًا لحركات التنفس واستشعر دخول الطاقة لجسمك.

كرر هذا التمرين عدة مرات .





تأثير الكريستالات على المشاعر

تدفُّق المشاعر .. وتدفُّق الماء :

فى الطب البـديل الحـديث ترتبط المشـاعـر (Emotions) بعنصـر الماء السـائل والذى يمثل نبع الحـيـاة .. إن أغلب وزن أجـسـامنا من الماء .. والماء هو الذى يحـمل ويوزع المغـذيات المختلفة التى تعيننا على الحياة من خلال استحواذه على الجزء الأكبر من تركيب الدم .. ونحن ببساطة نهلك ونموت فى غياب الماء.

والمشاعر تتغير من وقت لآخر كتغيُّر الماء ، فقد تكون فياضة متدفقة فتحركنا وتدفعنا لاستكشاف أنفسنا وقدراتنا الكامنة.. وأحيانًا تتجمد فينا المشاعر مثلما يتجمد الماء فنصبح فى وضع خانق مدمر لقدراتنا على تحقيق السعادة والابتكار . وأحيانًا أخرى نمر بحالة من غليان المشاعر كالماء الساخن الذى يتقلب ويثور ويتبخر فى الهواء مما يدفعنا للغضب والاحتدام والانفعال الزائد والإطاحة بأيدينا فى الهواء.

أما الصورة المثالية لمشاعرنا فيجب أن تكون كتيار الماء الصافى المتدفق فى هدوء نحو الأمام دائمًا ، والذى لا تعترضه انسدادات فى المجرى، لأنه فى حالة حدوث ذلك سيتحول الماء إلى ماء راكد فى بركة ملوثة.

ونفس الشىء يحدث لمشاعرنا عندما تتعرض لانسدادات أو احتجازات تعوق تدفقها وتحفز على احتجازها وكبتها واكتسابها صفة سلبية.

ولكن ما دور الكريستالات فى ذلك ؟

إن الكريستالات والأحجار الكريمة لها تأثير قوى على حالة المشاعر، فيمكنها بطاقتها المميزة أن تمتص أو تحرك الانسدادات التى تعوق تدفقها وتُطيِّب «الجروح» الشعورية مما يؤدى لتدفق المشاعر مرة أخرى بحرية وسلاسة وهو ما يعيد للجسم توافقه وتوازنه من جديد ..

أما إذا استمرت حالة الركود الشعورى دون مداواة صار الجسم عُرضة «للتلوث» والمرض العضوى كحالة الماء الراكد .

ولذا صار التداوى بالكريستالات والأحجار الكريمة من العلاجات التى تكتسب شيوعًا وتزايدًا فى مجال اضطراب الناحية الشعورية (أو النفسية).

الألوان المداوية للمشاعر :

وتحديد أنواع الكريستالات المناسبة لمداواة المشاعر يتوقف على طاقتها اللونية المشعة، فلكل لون تأثيرات علاجية شعورية خاصة.

وهذه الطاقة اللونية المميزة يمكن الاستفادة بتأثيراتها الإيجابية من مجرد الإمساك بالكريستالات ، أو ارتدائها والتزين بها، أو استخدامها كقطع للديكور داخل المنزل، أو من خلال التداوى بطاقتها من خلال ممارسة جلسات للاسترخاء والتأمل .

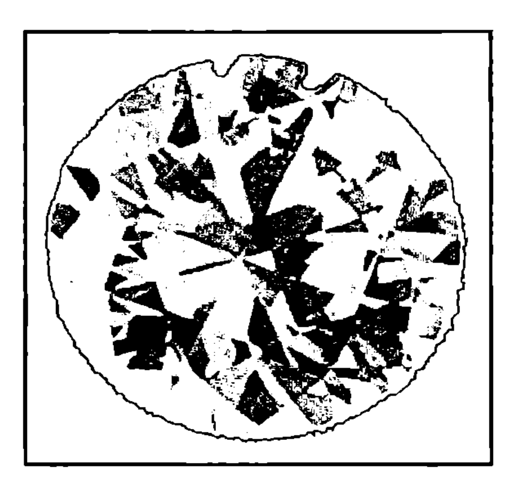
دعنا نوضع ذلك ..

- **الكريستالات الصافية الشفافة :**

النماذج : حجر الكوارتز ، حجر الألماس (الماس).

التأثير : إراحة المشاعر وتلطيفها وبث السلام فى النفس . ولذا تفيد

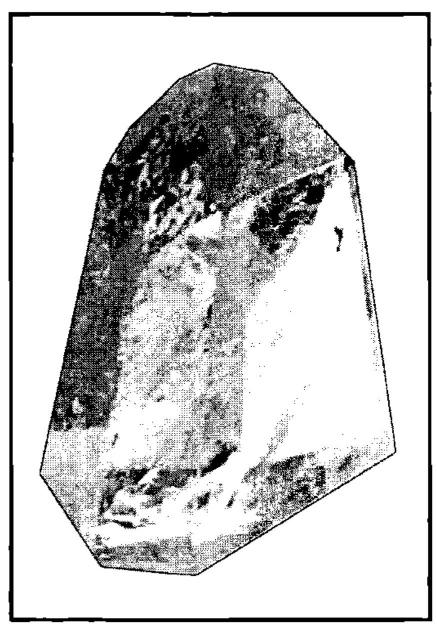
هذه الأحجار فى مقاومة الاكتئاب، وهذا التأثير قد يتأتى من مجرد «مرافقة» تلك الأحجار، كحملها باليد ، أو وضعها على الجسم والتزين بها.



حجر الألماس لتلطيف المشاعر

• الكريستالات الصفراء :

النماذج : الياقوت الأصفر (**Yellow Sapphire**) ويسمى كذلك : سافير أو زافير ، وحجر السترين الأصفر أو الليمونى (**Citrine**).

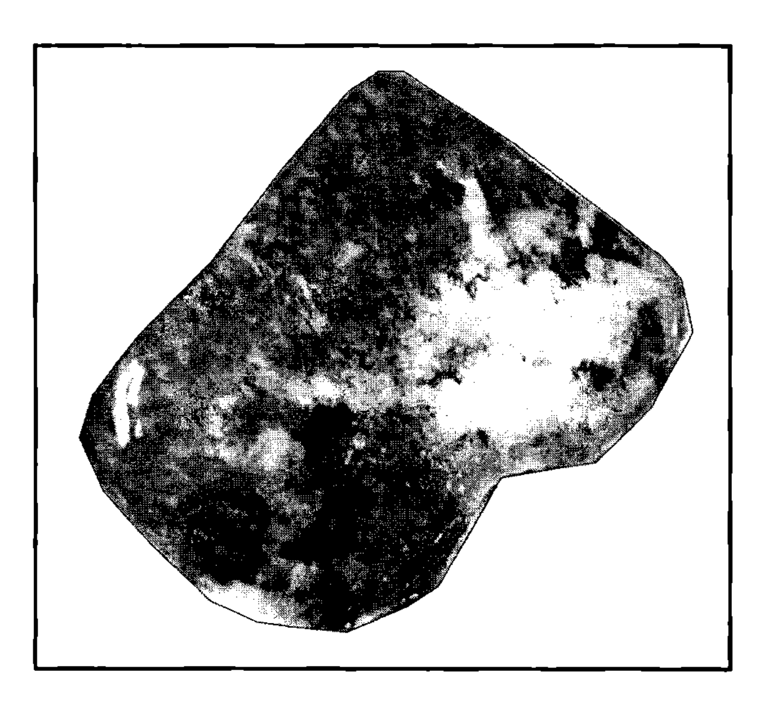


حجر كوارتز السترين بلونه الشفاف الأصفر الباعث للطاقة والحماس

التأثير : رافع ومحفز .. ولذا يناسب خلال الاكتئاب التى تتميز بالخمول ونقص الطاقة أو عدم تواجد الدافع لعمل شىء.

• الكريستالات الزرقاء :

النماذج : حجر لابيس **(Lapis)** وهو حجر أزرق فاخر .. وحجر الفيروز أو التركواز **(Turquois)** ، وحجر السوداليت **(Sodalite)**.



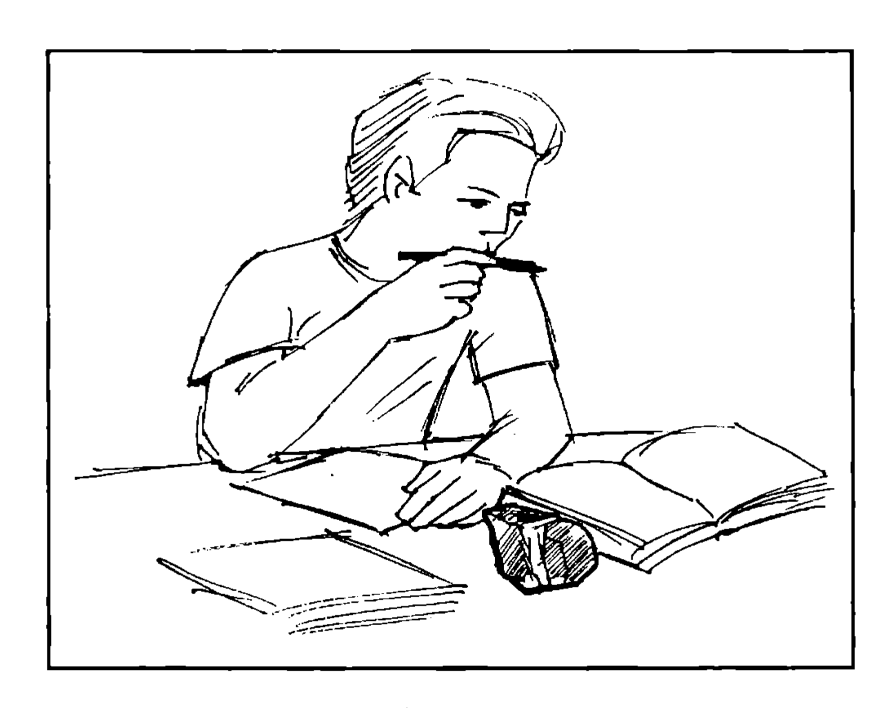
حجر لابيس

التأثير : حجر لابيس يقاوم القسوة أو الصرامة الذهنية **(Mental Cruelty)** أى يحفز على رقة المشاعر.

أما حجر الفيروز فيساعد فى التعبير عن النفس، وبناء الثقة بالنفس، ويحفِّز على الابتكار .

وتتميز الأحجار الزرقاء بصفة عامة بتأثير مُلطِّف ومهدئ للجهاز العصبى مما يساعد على التركيز والاستيعاب والابتكار .

ولذا يُنصح بوضع الأحجار الزرقاء (كحجر السوداليت الذى يظهر فى الصورة التالية) على المكتب أثناء المذاكرة أو العمل.

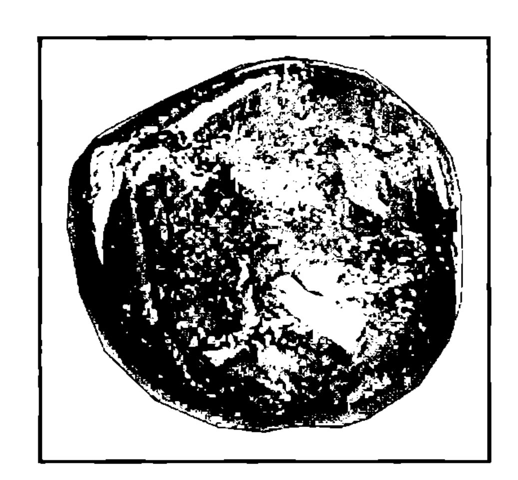


حجر السوداليت.. لمساعدة التركيز

• الكريستالات الخضراء:

النماذج : العقيق الأخضر **(Green Tourmaline)** ، والملخيت (أو الملكيت) .. **(Malachite)** والزمرد **(Emerald)**.

التأثير : معالجة لب المشكلة بإذابة أو امتصاص الطاقات السالبة المرتبطة بالشعاع الأخضر مثل: الأنانية، والغيرة، والغيظ أو الحنق.



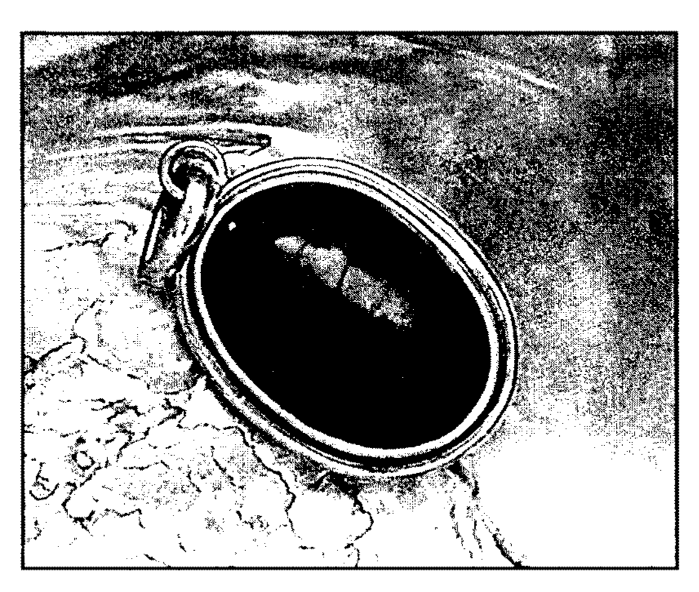
حجر الزمرد



حجر العقيق الأخضر

الكريستالات الحمراء :

النماذج : الياقوت الأحمر (Red Ruby) ، والعقيق الأخضر أو حجر السيلان (Garnet).



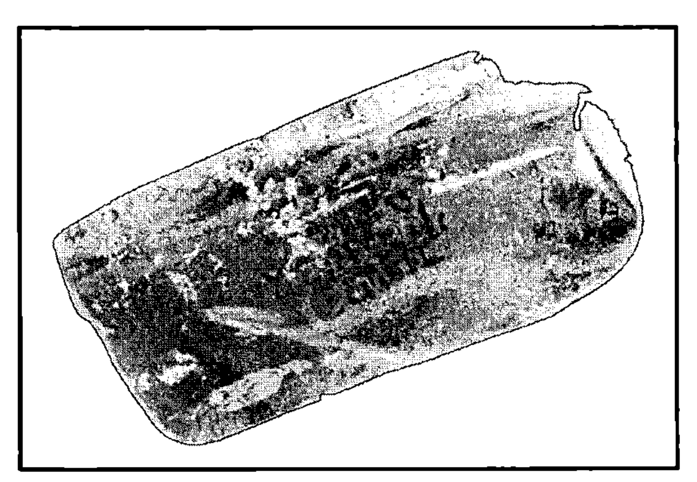
فص من أحجار الروبى الحمراء الجميلة

التأثير : تساعد أحجار الياقوت الحمراء على إزالة عدم التوازنات الشعورية كالإحساس بالذنب أو عدم النفع والتى تقف حائلاً ضد التحلى بالثقة بالنفس أو بالشجاعة. وبذلك فإنها تمد بالوقود الشعورى الدافع للأمام.

الكريستالات البرتقالية :

النماذج : العنبر (Amber)، والعقيق البرتقالى (Orange Carnelian).

التأثير : كلاهما يعمل على التئام الثغرات ، والعيوب، والأجزاء التالفة من الجسم الأثيرى (الهالة).. ويوفر الحماية ضد المشاعر السلبية التى قد يبديها الآخرون والتى تصيب الهالة بمثل الأضرار السابقة كمشاعر الغيظ والحَنَق والحقد.

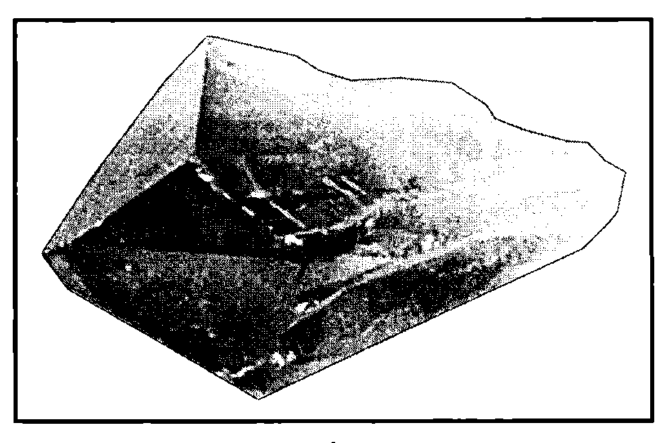


حجر العنبر .. المقاوم للغضب والغيظ

الكريستالات البنفسجية (الأرجوانية) :

النماذج : الأميتست (Amethyst)، واللوليت (Lolite).

التأثير : يتميز الأميتست بصفة خاصة بتأثير مهدئ وملطِّف.. ويساعد كذلك فى تنظيم الأفكار وهو ما يحتاجه بعض الناس ممن يميلون للشرود.

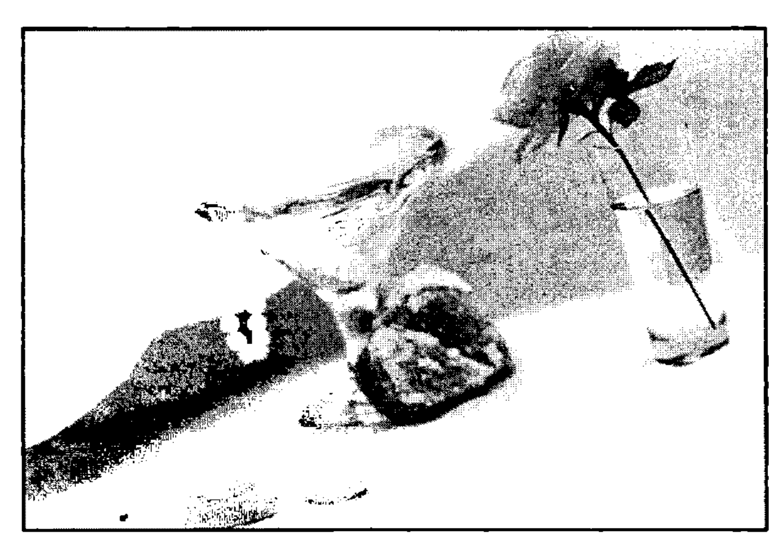


حجر الأميتست

الكريستالات الوردية :

النماذج : الكوارتز البمبى أو الوردى والقرمزى الفاتح (Rose Quartez).

التأثير : يطلق على هذا الحجر تسمية : حجر الحب (Love Stone) لأنه يشجع على مشاعر الحب . كما يتميز بتأثير مزيل للانسدادات الشعورية كضعف الثقة بالنفس والإحساس بعدم النفع مما يحقق التوازن الشعورى.

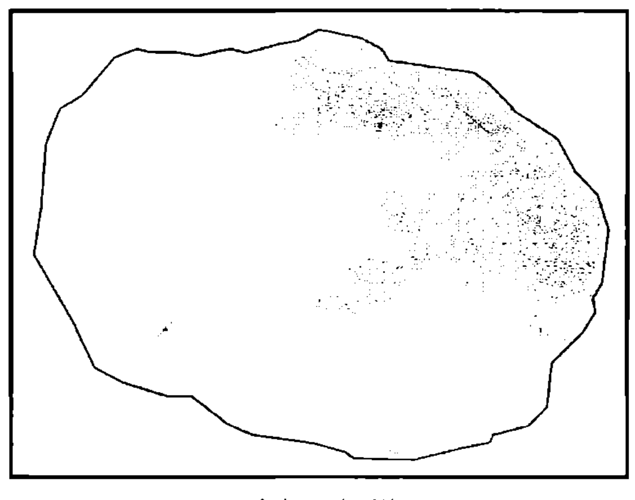


الكوارتز الوردى أو حجر الحب

الكريستالات البيضاء :

النماذج : الكوارتز الأبيض أو الثلجى .

التأثير : يتميز هذا النوع من الأحجار بتأثير قوى مبرِّد للمشاعر الساخنة المتأججة الملتهبة والتى يصحبها ميل واضح للعنف . ولذا يستخدم الحجر كحجر مهدئ وملطِّف للمتوترين الغاضبين الثائرين .

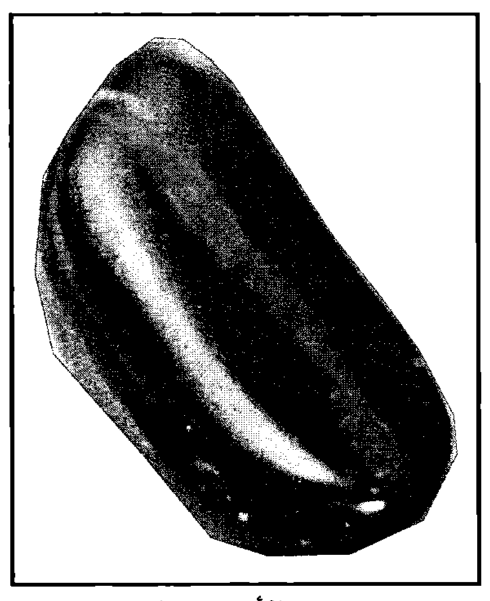


حجر الكوارتز الثلجى

الكريستالات السوداء :

النماذج : حجر الأوبسيديان (Obsidian)، وحجر الهيماتيت .

التأثير: تتميز هذه الأحجار بتأثير مخفف للمشاعر السلبية مما يثبت فى النفس الطمأنينة .. فهى أحجار الإحساس بالأمان.

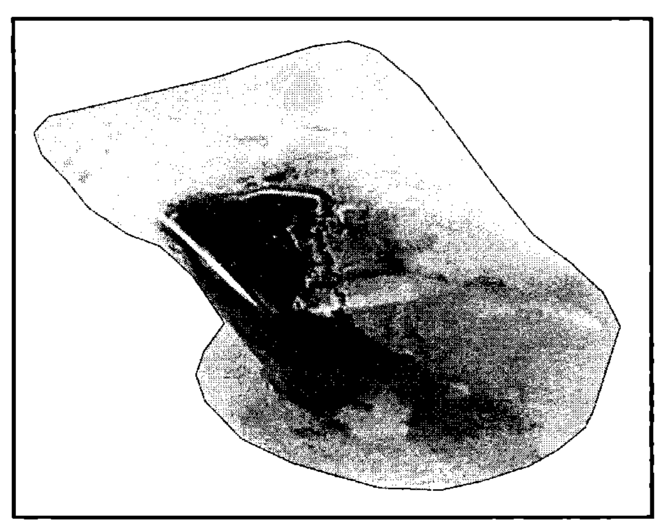


حجر الأوبسيديان

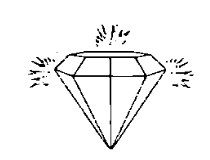
الكريستالات متعددة الألوان :

النماذج : حجر الأوبال ، وحجر الأبالون (Abalone).

التأثير: تتميز هذه الأحجار بطاقات واسعة المجال مما يجعلها مناسبة لتحقيق التوازن النفسى. يساعد حجر الأوبال على مداواة المشاعر المزعجة، وتقوية الهالة، وخاصة الذى تتشابه ألوانه مع ألوان قوس قزح.. ولأن الأوبال من الأحجار المائية، حيث يحتوى على نسبة عالية من الماء، فإنه يقاوم حالات تذبذب المزاج ويساعد على تدفق المشاعر.



حجر الأوبال .. والذى يضم مجموعة
من ألوان قوس قزح



حجر الكوارتز الصافى لعلاج الاكتئاب

أعراض الاكتئاب :

أغلب الناس يمرون بحالات من الاكتئاب .. بل إنه لا يوجد إنسان تقريبًا يستطيع أن يمضى خلال الحياة دون التعرض لإحباطات ومؤثرات تؤدى لتدنى حالته المزاجية وإصابته بالاكتئاب. لكن هذا النوع الشائع من الاكتئاب عادة ما يكون خفيفًا ولا يستغرق وقتًا طويلاً . ويسمى بالاكتئاب الظرفى أى المرتبط بظرف أو بموقف ما عابر (Situational Depression). لكن هناك نوعًا آخر أشد من الاكتئاب ، وهو الاكتئاب المرضى أو الإكلينيكى (Clinical Depression) والذى يتميز بأعراض شديدة تسيطر على المريض وتبعث فيه الأسى وربما تدعوه للخلاص من الحياة.

وتختلف أعراض الاكتئاب عمومًا من فرد لآخر لكنها عمومًا تتميز بنقص الطاقة بما فى ذلك الطاقة الجنسية ، فالمكتئب لا يريد عمل شىء، فلا دافع ولا تحمس.. ويفقد استمتاعه بالأشياء التى كانت ممتعة من قبل، ويفقد شهيته للطعام (أو قد تزيد أحيانًا) ، ويفقد جزءًا من استمتاعه الجنسى، ويفقد أيضًا قدرته على الخلود للنوم الممتد المريح، والاكتئاب يرتبط كذلك بالتكوين البيولوجى أو بالميل الوراثى، فبعض أفراد عائلات بعينها تميل للإصابة بالاكتئاب أكثر من غيرها .

كما يرتبط الاكتئاب أحيانًا بأسباب عضوية مثل التغيرات الهرمونية ، كالتى تحدث خلال الفترة السابقة لنزول الحيض وتؤدى لتدنى الحالة المزاجية، وكذلك التى تصاحب بلوغ مرحلة سن اليأس، والتغيرات الفسيولوجية التى تحدث للأم بعد الولادة وتصيبها بالاكتئاب ، كما يرتبط الاكتئاب أحيانًا بنقص بعض الفيتامينات والمغذيات المعينة فى الجسم (فى المخ).

الانتقال من السلبية إلى الإيجابية :

ماذا يفعل المكتئب ؟ .. إنه غالبًا ما يقضى وقتًا طويلاً متأملاً حياته التعسة (مشاكل بالعمل، هموم بالمعيشة ، إحباطات متكررة..) ولذا فإن مقاومة هذه الأفكار السلبية واستبدالها بأخرى إيجابية يعد حجر الأساس للخروج من حالة الاكتئاب .. وهذا ما يسمى فى علم النفس بالإثبات (Affirmation) بمعنى التأكيد المتكرر للنفس على ضرورة اتخاذ خطوات إيجابية أو تحقيق ما نريده من الحياة.

ولأن المكتئب يفتقد للحماس، فإنه يجد حتمًا صعوبة فى الانتقال بأفكاره إلى الإيجابية. ولكن يمكن مساعدة ذلك باستخدام الكريستالات المناسبة بحيث يقترن التأكيد إلى النفس بطاقة الكريستالات المشعة والتى تعمل على تحرير «القيود» الكامنة باللاوعى كالإحساس بالذنب أو الإحساس بضعف الثقة بالنفس ، أو الإحساس بعدم النفع .

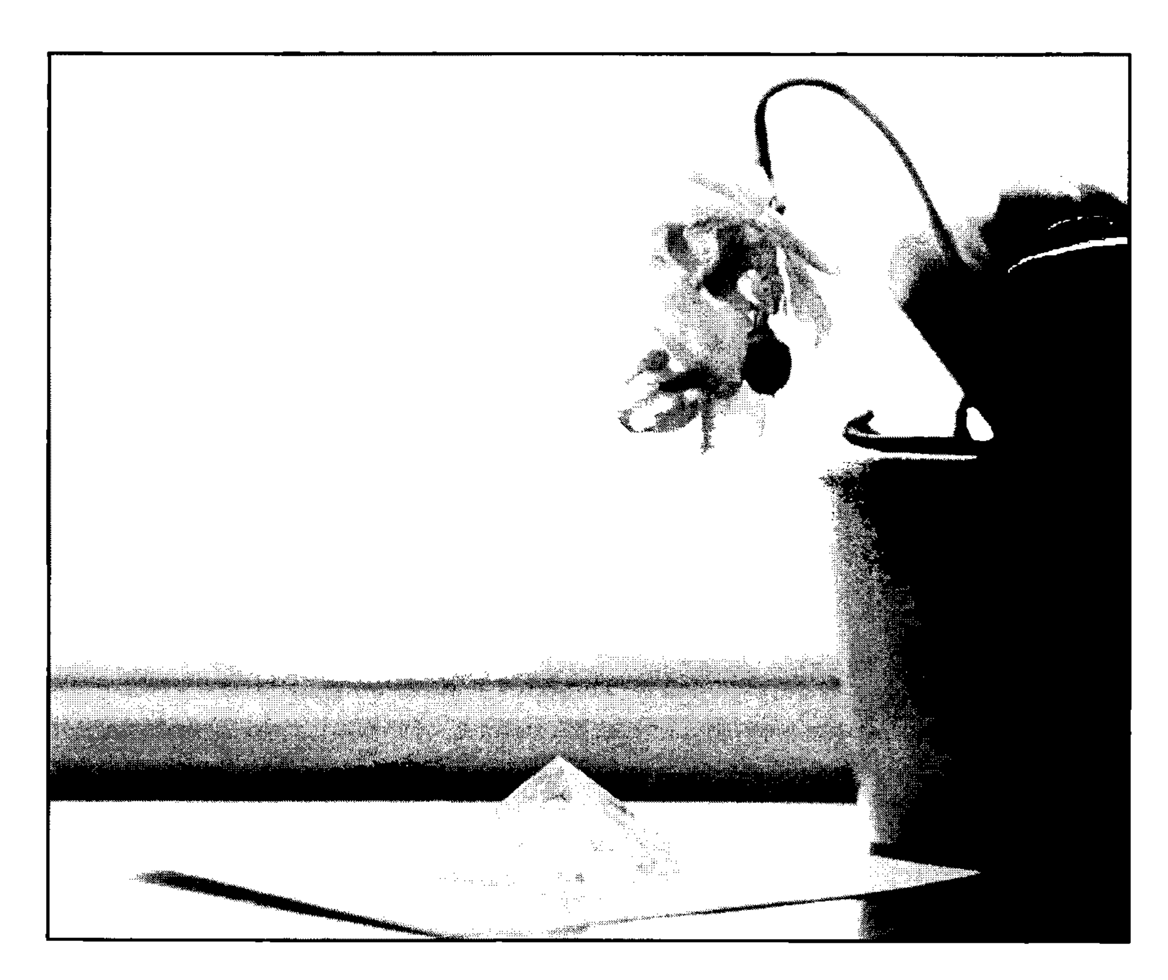
حجر الكوارتز الصافى :

والكوارتز الصافى يعد من أفضل الأحجار لمساعدة تحقيق «الصفاء» الداخلى ولمساعدة تحقيق الإثبات أو التأكيد للنفس.

ويعد الشكل الهرمى للكوارتز الصافى من أنسب الأشكال التي يفضل أن تقترن بعملية الإثبات ؛ لأن قمته البارزة قد توحى بالتحديد والتأكيد والإصرار على اكتساب الإيجابية .

طريقة المعالجة :

- **التأكيد إلى النفس بمساعدة حجر الكوارتز :**
- اكتب على ورقة موقفك الإيجابى أو ما تريد تأكيده إلى نفسك مثل : «سأتحرر من مشاعرى السلبية .. وأبدأ خطوات إيجابية» .. ولا تكن مبالغًا فيما تؤكده لنفسك كأن تقول : «لن أدع أية مشاعر حزينة تدخل إلى حياتى»!



● نظِّف حجر الكوارتز وقم ببرمجته بالطريقة السابقة.

● ضع «تأكيدك» تحت حجر الكوارتز واتركه فى مكان تراه باستمرار. وتأكد من أن الحجر يعمل لصالحك طوال ٢٤ ساعة على مدار الأيام التالية.

حجر العنبر لتحفيز الأفكار الإيجابية :

قرص الضفيرة الشمسية يمثل مركزا للثقة بالنفس والحكمة والأفكار الإيجابية .. ووضع الأحجار الصفراء- مثل العنبر الأصفر - على موضع هذا القرص (بأسفل الضلوع أو أعلى البطن).



يشحن هذا القرص بالطاقة مما يزيد من الثقة بالنفس والأخذ بالأفكار الإيجابية .. وهو ما يحتاج إليه المكتئب.





حجر الأميتست لعلاج التوتر والقلق

التحرر من تأثير الضغوط النفسية :

جميعنا يمر بمواقف تدعونا إلى التوتر والانزعاج والقلق.. مثل ضغوط العمل، أو قيادة السيارة وسط الزحام، أو التعايش مع جارٍ مزعج.. إلى آخره.

إن هذا الضغوط النفسية المتكررة تجعل الجسم غير قادر على العمل بطاقة متوازنة متدفقة.

وإذا لم نستطع التخلص من إحساس التوتر والغضب المتكرر فإن ذلك ينعكس على حالتنا الصحية ويصيبنا بمتاعب مختلفة كالصداع وارتفاع ضغط الدم والإحساس بالتعب .

ونحن لا نستطيع بالطبع أن نجعل حياتنا بدون ضغوط نفسية ومؤثرات سلبية على مشاعرنا .. ولكن من الممكن بالطبع أن نساعد أنفسنا على «تحرير» الإحساس بالتوتر والغضب.

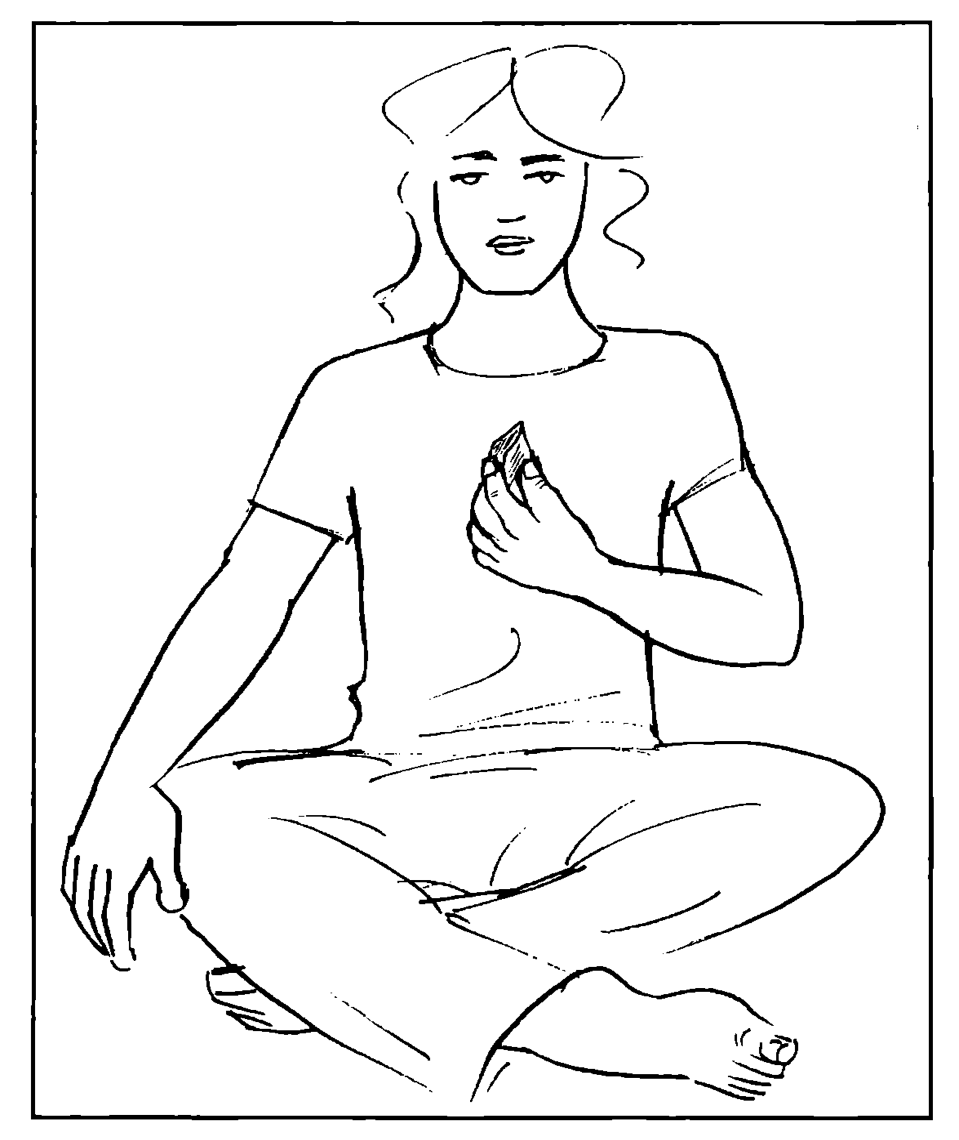
حجر الأميتست :

ويعتبر حجر الأميتست من أنسب الأحجار لمساعدة تحرير الشعور بالتوتر والغضب حيث يتمتع بطاقة مداوية يمكنها الوصول إلى أعماق الجسم وامتصاص مصدر القلق أو التوتر وربما على المستوى الخلوى.. أى خلايا الجسم.

كما تساعد طاقته على مقاومة الأرق واضطرابات النوم ومقاومة الأحلام المفزعة (الكوابيس).

طريقة المعالجة :

- اختر حجر أميتست له طرف واحد بارز .. وقم بتنقيته وإعداده بالطريقة السابقة.
- اجلس على الأرض فى وضع مريح مع جعل الساقين فى وضع متقاطع (وضع القرفصاء).. وفرد الظهر للخلف لتسهيل حركة مرور الدم للمخ.



التداوى بحجر الأميتست

- ساعد نفسك على الاسترخاء بالتنفس العميق الهادئ لمدة ٥ دقائق واترك عينيك تنغلقان .. واجعل تركزيك منصرفًا إلى متابعة حركات التنفس.

- أطرق بأصابع اليد اليمنى لثلاث مرات على منطقة الشهادة (Witness Point) والتى تقع على منتصف عظمة الصدر فيما بين القلب والزور لتنشيط هذا المركز .. وقد تشعر مع حدوث هذا التنشيط بإحساس غريب كالتنميل أو الشكشكة. ثم أعد اليد اليمنى لأسفل واجعلها مسترخية على الركبة المقابلة.
- والآن امسك الحجر باليد اليسرى وضعه على نفس الموضع (نقطة الشهادة) مع جعل طرفه البارز متجهًا لأعلى.
- فكِّر فى الموقف الذى أصابك بالتوتر والذى تنوى التحرر من تأثيره السلبي. استحضر الموقف بكل جوانبه إلى العقل الواعى استعدادًا لطرحه إلى الخارج.
- من المتوقع أن ينتابك إحساس مفاجئ بزوال التوتر وإحلال السكينة والهدوء.
- من المتوقع أيضًا أن يتزايد هذا الإحساس بتزايد تدفق طاقة الحجر إلى الأعماق.
- وبعدما تشعر بالهدوء والسكينة عمِّق هذا الإحساس فى نفسك وانته من جلسة الاسترخاء.



حجر الأميتست بلونه الأرجوانى (البنفسجى الفاتح) المداوى للمشاعر المتوترة، والباعث على الإحساس بالهدوء والراحة وتركيز الأفكار

طريقة سريعة لصرف التوتر والغضب :

ضع حجرين من الكوارتز البمبى على جانبى الجبهة (على العظمة البارزة لأعلى).. وقد تحتاج لتثبيتهما بشريط لاصق ..



استرخ فى وضع الرقود لبعض الوقت حتى يتحرر الإحساس بالضيق .. ومن المتوقع عند ذلك أن تشعر بتغير بالمشاعر أو بالعودة إلى حالة الاتزان.





كيف تقوى هالتك وتستعيد حيويتك ؟

الجسم المُتعب يعاني من هالة ضعيفة متخاذلة !

الطب التقليدى يختزلنا إلى مجموعة من المواد والمعادلات الكيميائية أو إلى ماكينة ! .. أما فى الطب البديل الحديث فالأمر يختلف إلى حد كبير، إذ هناك تقدير كبير للروح «أو النفس» والمشاعر والبيئة التى نعيش خلالها .. وليس كل شىء ملموس فى الطب البديل وإنما هناك اهتمام بما وراء المادة أو الطبيعة (الميتافيزيقا).

والهالة ، كما ذكرنا، هى شىء غير ملموس ترتبط ارتباطًا وثيقًا بحالتنا الصحية ومقدار ما نتمتع به من حيوية.

والهالة تتأثر وَتضعف وتتخاذل بفعل المشاعر والأفكار السلبية (كالتوتر، والقلق ، والحقد، والغيرة، ...) ، وبالملوثات البيئية (كعوادم السيارات)، والإدمان (كالتدخين والخمور)، وبالغذاء الفاسد أو غير الصحى، وأيضًا بالمرض العضوى.

كما تتأثر كذلك بمشاعر وأفكار من نعاشرهم فتتعرض للتلف فى وجود السلبية والقهر والكبت.

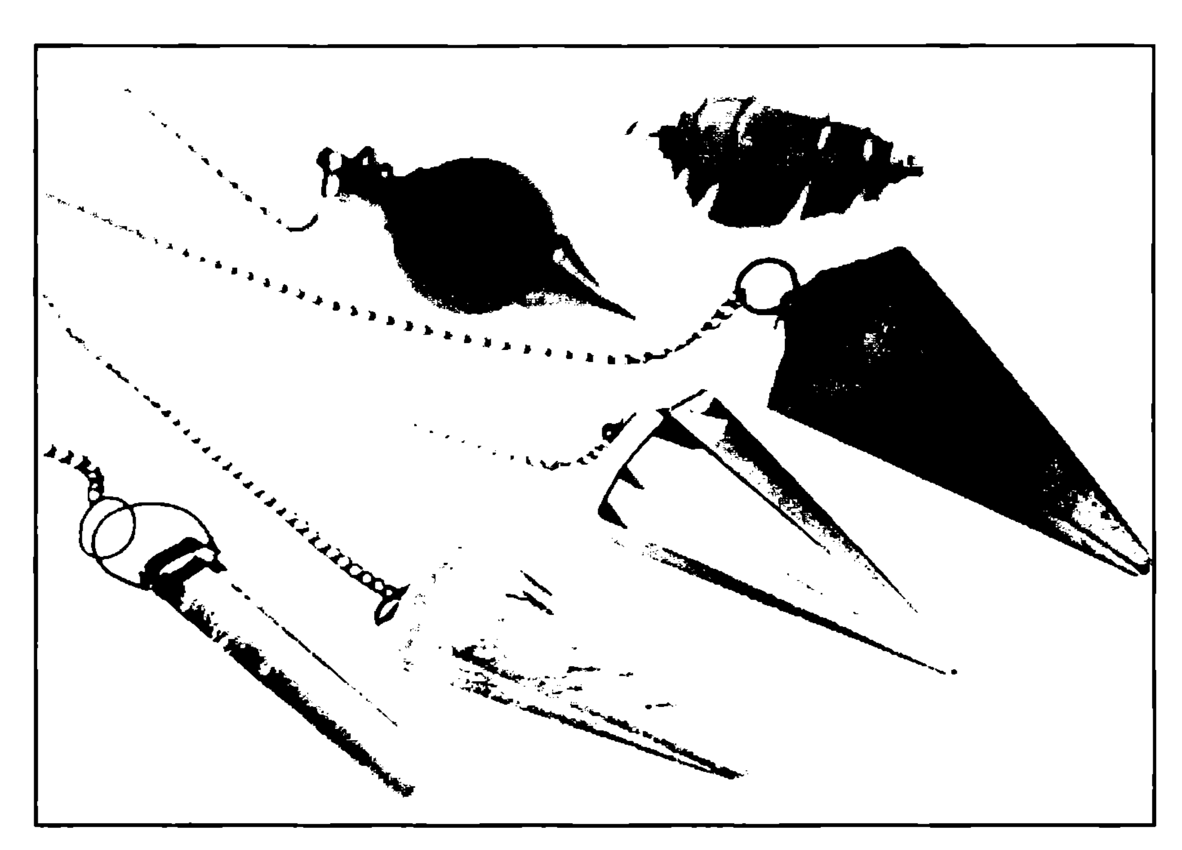
وعندما تتعرض الهالة للتلف، فإن الجسم يعانى من نقص الطاقة ونقص الحيوية، ويظهر بالهالة فى هذه الحالة مناطق سوداء تعوق تدفق الطاقة وهذه «الانسدادات» ينعكس أثرها على المشاعر والنفس والحالة العضوية.

والسؤال الآن : كيف نقوِّى الهالة، ونعيد لها توازنها، ونساعد على التئام ما أصابها من تلف وأضرار، أو إزالة ما بها من انسدادات ؟

إن هناك عدة طرق لذلك .. من أبسطها استخدام بندول من حجر الكوارتز الصافى والذى يتمتع بمجال واسع من الطاقات التى تعين على حدوث الالتئام.

كيف تجهز بندول الكوارتز ؟

يحتاج ذلك إلى قطعة من الكوارتز مقطوعة بشكل متناسق على شكل مخروطى متعدد الأسطح، أو شكل قضيب، أو شكل كُرة .. وذلك بطول ٥سم.. وتكون معلقة من المنتصف بسلسلة من الفضة.



أشكال مختلفة من البندول

من حجر الكوارتز وحجر الأميتست

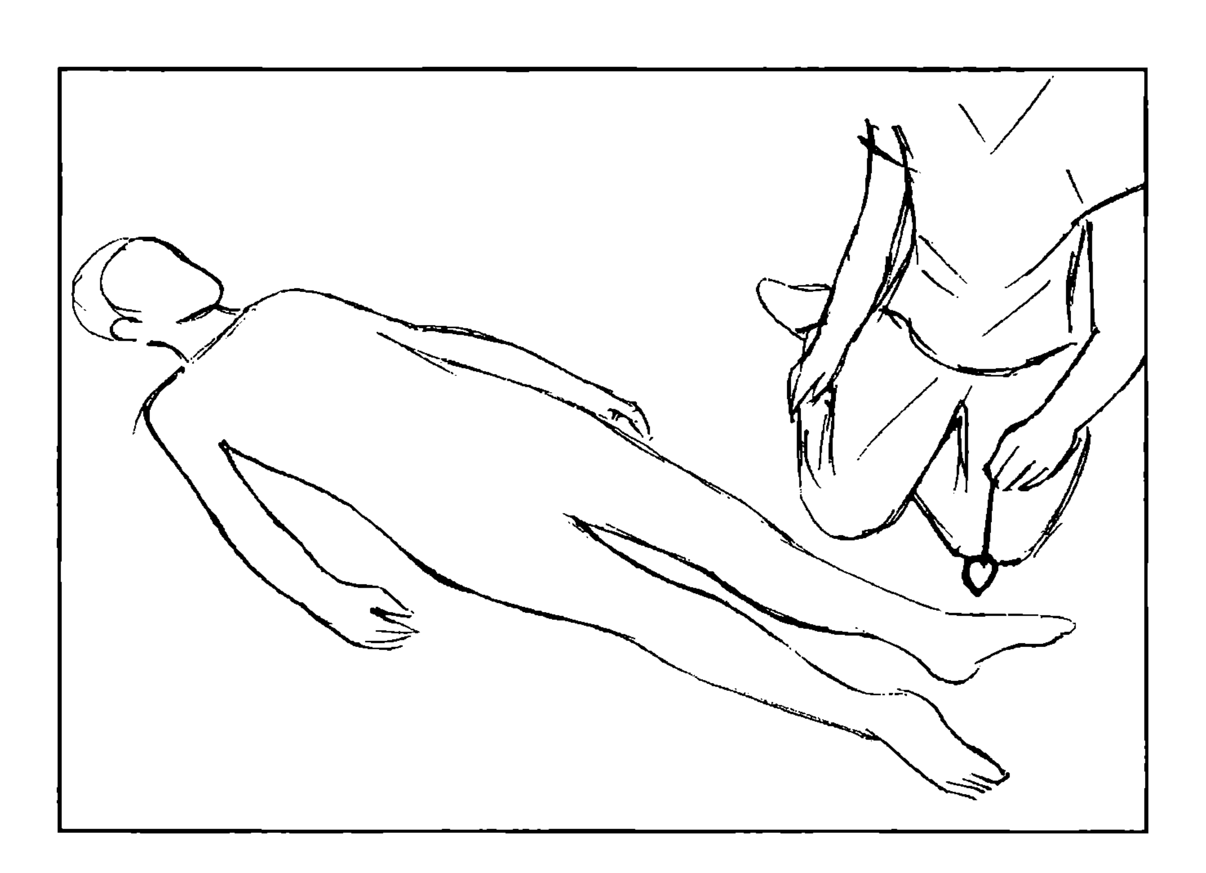
فكرة البندول :

من خلال تعليق البندول فى اتجاه الصدر (كما سيتضح) يقوم الحجر بالبحث عن منطقة عدم التوازن بالهالة، وإزالة أو امتصاص الانسدادات بها.. أو ملء الثقوب الموجودة بها بالطاقة.. مما يعيد تدفق وتوازن الطاقة ويقوى كل مستويات الهالة .. كما يوفر الحماية للهالة.

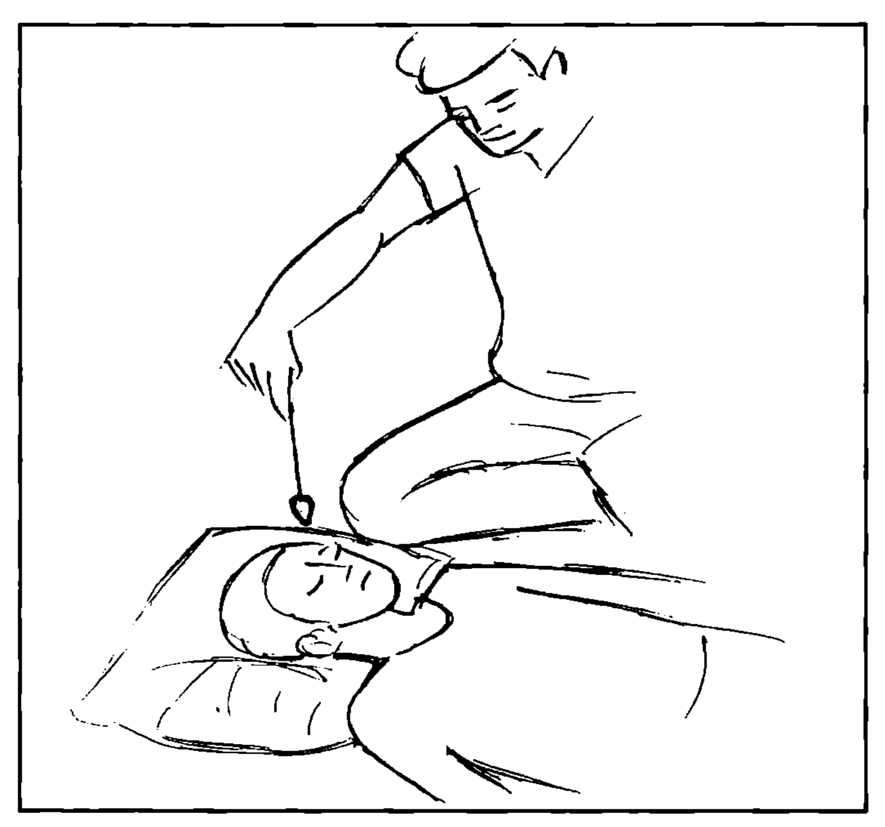
ويحتاج أداء هذه الطريقة إلى الاستعانة بصديق !

طريقة المعالجة بالبندول :

١- يجلس الصديق (أو المعالج) على ركبتيه ويقوم بتدلية البندول فوق جسم المريض على مسافة بضعة سنتيمترات.. ويتيح للبندول فرصة الحركة الحرة للأمام وللخلف بعيدًا عن مركزه، ابتداء من خلف القدمين وحتى الوصول إلى خلف الرأس مستكشفًا بذلك الجسم كله.



٢- يجب تحريك البندول فوق الجسم بحركة خفيفة بطيئة .. وأثناء ذلك من المتوقع حدوث اختلاف فى حركة البندول أو خروج نظام الحركة عن نظام الحركة الطبيعية المألوفة . وهذا يعنى وجود منطقة تعانى من حالة من عدم التوازن. ولذا يجب أن يقوم المعالج بتثبيت البندول فوق هذه المنطقة حتى تعود له حركته الطبيعية مرة أخرى.. وهو ما يعنى حدوث التئام أو إصلاح للطاقة بهذه المنطقة.



استكشاف الجسم بالبندول حتى الوصول إلى منطقة الرأس

٣- بعد استكشاف الجسم فى اتجاه الخط الأوسط من الجسم، يلى ذلك تحريك البندول فوق أحد الجانبين ثم الجانب الآخر.

وأخيرًا ، يتم استكشاف الخطين الخارجين عن الجسم العضوى على جانب الخطين السابقين.

وبذلك يتم تحريك البندول فى خمسة مسارات لاستكشاف الجسم العضوى والهالة المحيطة به.

الطبقات السبع للهالة :

- تتكون الهالة من سبع طبقات ترتبط بأقراص الطاقة السبعة.. وتبدأ بالجسم المرئى (الجسم العضوى).. ثم تزيد فى اللامرئية والإشعاعية بالابتداع عن الجسم المرئى . وتتناوب هذه الطبقات فى طبيعة تواجدها (ثابتة أم متحركة) ، فالطبقات الأولى ، والثالثة، والخامسة ، والسابعة طبقات متحركة .. أما باقى الطبقات فهى ثابتة .

- وتسمى الطبقة القريبة من الجسم العضوى أو التالية له بالطبقة الأثيرية (Etheric Level) وتمثل نسخة مطابقة للجسم العضوى.. وتتميز بلون أزرق باهت أو رمادى فاتح .. ويوجد بها شرارات ضوئية سريعة الحركة. وتحوى هذه الطبقة معلومات مخزنة (ذاكرة) عن الجسم العضوى.

- أما الطبقة الثانية، فإنها ترتبط بالمشاعر وهى عبارة عن كتلة من الألوان الثابتة الدائرية.

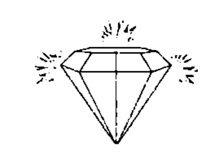
- أما الطبقة الثالثة، فهى ترتبط بالجسم العقلى أو الذهنى. وهى طبقة صفراء اللون تحوى طرق تفكيرنا الخاصة.

- أما الطبقة الرابعة، فترتبط بطاقة القلب.. وتظهر بألوان قوس قزح عندما تنمو وتكتمل.

- أما الطبقات الخامسة ، والسادسة، والسابعة ، فتظهر بألوان أزرق فاتح، وذهبى، وفضى مائل للأزرق على التوالى.

وترتبط هذه الطبقات العليا بالنمو الروحى والنفسى.. ويصعب ملاحظتها عند غالبية الناس.





كيف تحقق التوازن الشعورى لضبط أقراص الطاقة بجسمك؟

مشاعرك ترتبط بطاقتك :

هناك سبعة أقراص رئيسية للطاقة (**Master Charkas**) تقع بمنتصف الجسم، ويوجد أول خمسة منها مغمورة داخل العمود الفقرى.

وهذه الأقراص السبعة تُمثِّل فى حد ذاتها جهازًا للطاقة لابد أن يتوافر له التوازن الكافى لتحقيق التوازن الشعورى، فلا ينبغى أن تزيد أو تقل طاقة كل قرص من هذه الأقراص لأن توازنه يرتبط بإظهار ميزة أو صفة إيجابية ما .. فقرص الضفيرة الشمسية على سبيل المثال يرتبط توازنه بإظهار الثقة بالنفس والأفكار المنطقية (كما سيتضح).

وتتعرض هذه الأقراص لاختلال الطاقة لأسباب عضوية، أو نفسية، أو روحية ترتبط بالشخص نفسه.

والمعالج المحترف يمكن تحديد القرص الذى تزيد أو تقل طاقته.

ولكن من الممكن أن نعيد التوازن المطلوب لهذه الأقراص بشكل عام بحيث يمتص كل قرص ما يكفيه من الطاقة اللونية التى يرتبط بها من خلال وضع الكريستالات الملونة على مناطق هذه الأقراص بترتيب يتوافق مع اللون المرتبط بكل قرص.

- **الطريقة :**

- اختر سبعة أحجار كريمة ملونة بألوان تتوافق مع الأقراص السبعة، وذلك مثل:

١- حجر الجارنيت الأحمر.

٢- حجر الكارنيليان البرتقالى.

٣- حجر السترين الأصفر .

٤- حجر الأفنتورين الأخضر.

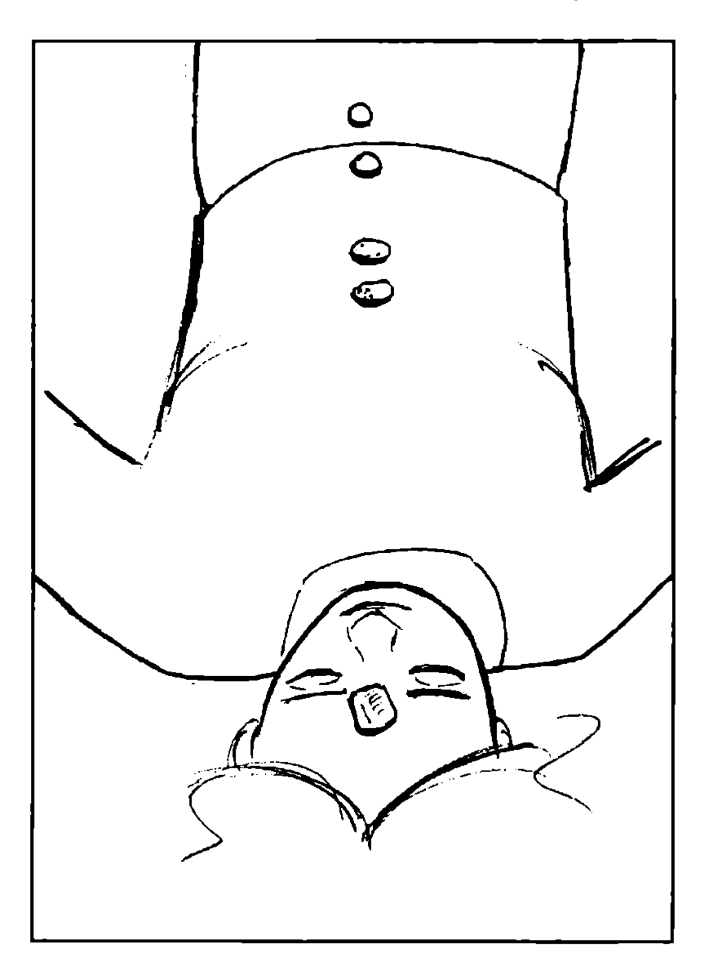
٥- حجر الأجيت الأزرق الفاتح.

٦- حجر اللابيس الأزرق الغامق (النيلى).

٧- حجر الأميتيست البنفسجى.

● يُنظَّف ويُنقىَّ كل حجر ثم يوضع على مكان القرص المناظر له فى وضع الرقود.

● تستمر الجلسة لمدة ٢٠ دقيقة .. أو يمكن اختصارها عن ذلك عند الإحساس بتدفق وتوازن الطاقة.



موازنة أقراص الطاقة بالأحجار المناسبة

- **قرص الجذر (The Root Chakra):**

يرتبط بعنصر الأرض .. وباللون الأحمر. ولذا يحقق توازنه الواقعية (الوقوف على أرض الواقع) ، والثبات (كثبات الأرض).

- **قرص العجز (The Sacral Charka):**

يرتبط بعنصر الماء.. وباللون البرتقالى ولذا يحقق توازنه تدفق الأفكار والقدرة على الابتكار (كتدفق تيار الماء) وأيضًا يحقق الشعور بالحيوية (فالماء ضرورة للحياة).

- **قرص الضفيرة الشمسية (The Solar Plexus Chakra):**

يرتبط بعنصر النار وباللون الأصفر . ويحقق توازنه الثقة بالنفس وامتلاك الحكمة والأفكار المنطقية (بما يتوافق مع قيمة الشمس العالية).

- **قرص القلب (The heart Ckakra):**

يرتبط بعنصر الهواء وباللون الأخضر ويحقق توازنه توافر المحبة للنفس وللآخرين (لارتباط القلب، غير الملموس أو العضوى، بمشاعر الحب والعاطفة).

- **قرص الزور (The Throat Chakra):**

ويرتبط بعنصر الهواء أو الأثير أو الفضاء المطلق (Ether) وباللون الأزرق. ويحقق توازنه مقدرة التواصل مع النفس ومع الآخرين على جميع المستويات (كانفتاح وتواصل الفضاء المطلق).

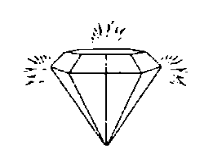
- **قرص العين الثالثة (The Third Eye Chakra):**

ويرتبط بعنصر السحاب وباللون الأزرق أو النيلى (أنديجو) . ويحقق توازنه البديهة وسرعة الإدراك والبصيرة بالأشياء.. أو قوة رؤية الأشياء أو الحوادث غير المنظورة (البصر المغناطيسى أو العقلى).

- **قرص التاج (The Crown Chakra):**

ويرتبط بعنصر الطاقة الكونية (Cosmic Energy) وباللون البنفسجى ويحقق توازنه الوعى الكونى أو الشعور بالوجود (Cosmic Consciousness).





عالج متاعبك العضوية المرتبطة
بعدم توازن الطاقة

ارتباط أقراص الطاقة بالمتاعب العضوية :

تحقيق توازن للطاقة من خلال أقراص الطاقة لا يساعد فحسب فى تحقيق التوازن الشعورى (كما سبق أن أوضحنا).. وإنما يساعد كذلك فى مداواة المتاعب العضوية التى ترتبط بكل قرص من أقراص الطاقة.. إذ أن هذه الأقراص السبعة الرئيسية لا تؤثر فحسب على مشاعرنا وإنما تؤثر كذلك على حالتنا الصحية العضوية.

فعلى سبيل المثال:

عدم توازن قرص الجذر (سواء لزيادة أو لنقص طاقته) قد يتسبب فى متاعب سفلية بالأقدام والأرجل، وأيضًا فى الإصابة بإمساك.

وسنوضح فيما بعد المتاعب العضوية المحتملة المرتبطة بكل قرص من هذه الأقراص.

والآن، دعنا نعرض طريقة أخرى لتحقيق التوازن المطلوب لهذه الأقراص السبعة مما يساعد بالتالى فى مداواة المتاعب العضوية المرتبطة بها.

طريقة التأمل:

تعتمد هذه الطريقة العلاجية (Charka Therapy Visualization) على مجرد التأمل أو التصور .. وهى طريقة بسيطة لكنها تحتاج إلى تركيز وإلى بعض الوقت الذى قد يصل إلى ٦٠ دقيقة. ومع التدريب المتكرر سيمكنك اختصار مدة التدريب تدريجيا. وعمومًا فإن مدة الجلسة أو التدريب تتوقف إلى حد كبير على مدى درجة اتزان أقراص الطاقة بجسمك.

● فى هذه الطريقة نستخدم حجرين من نفس النوع أحدهما مُذكَّر (له طرف بارز) والآخر مؤنث (له طرف مفلطح) .. (راجع ما سبق) ويفضل استخدام زوج من حجر بوجى (Boji).. أو يمكنك الاستعاضة عنه بحجر الكوارتز (سيِّد الأحجار).

● قم بتنظيف الحجرين (كما سبق).

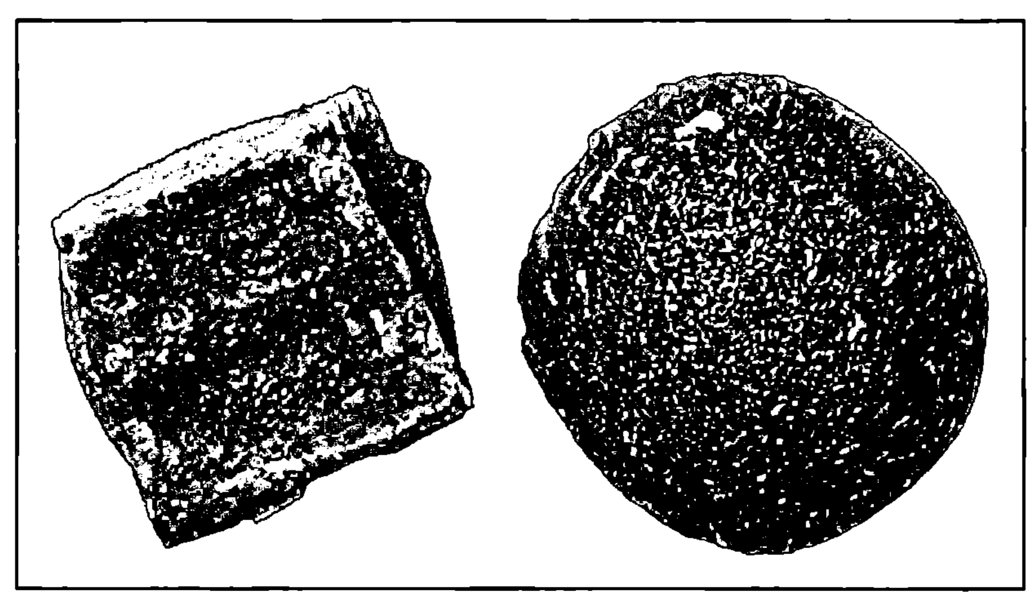
● استرخ على الأرض واستخدم وسادة لإسناد الرأس أو دون ذلك.

● امسك بالحجر المؤنث باليد اليسرى وبالحجر المذكر باليد اليمنى (يوضع الحجر على كف اليد المثنية بخفة).

● دَعْ عينيك تنغلقان .. وتنفَّس بعمق وهدوء لمدة ٥ دقائق حتى تشعر بالاسترخاء ، وحتى يزيد تدفق الدم للمخ.

● والآن اجعل كل تركيزك منصرفًا إلى أقراص الطاقة على التوالى مبتدئًا من أسفل لأعلى (من قرص الجذر حتى قرص التاج).. وتصوَّر تدفق وسريان الطاقة خلال كل قرص الصادرة من الحجر.. فتصور طاقة الحجر تفتح، وتنشط، وتقوى كل قرص على التوالى.

● وبعدما تشعر بتدفق الطاقة.. اقطع جلسة الاسترخاء بهدوء وعُدْ إلى أنشطتك المعتادة.



حجر بوجى المؤنث (على الجهة اليمنى) وحجر بوجى المذكر (على الجهة اليسرى)

المتاعب العضوية المرتبطة بأقراص الطاقة :

تقـود حـالة عـدم توازن كل قـرص ، سـواء لازدياد أو لنقص طاقتـه، إلى الإصابة بمتاعب عضوية معينة، وذلك على النحو التالى:

- **قرص الجذر :**

- أوجاع الساقين والركبتين والقدمين .
- خشونة الغضروف (الالتهاب العظمى المفصلى).
- البواسير والإمساك.
- السمنة.
- متاعب بالعظم والأسنان (مثل هشاشة العظام).

- **قرص العجز :**

- البرود الجنسى عند المرأة.
- الضعف الجنسى عند الرجل .
- ضعف الخصوبة أو العقم .
- متاعب المثانة البولية والكلى.
- متاعب الرحم.
- متاعب البروستاتا
- ألم أسفل الظهر.

- **قرص الضفيرة الشمسية :**

- متاعب الهضم.
- مرض السكر.
- التعب المزمن .

- **قرص القلب:**
- مرض القلب وارتفاع ضغط الدم.
- متاعب الرئة.
- متاعب وأوجاع الذراع واليد والأصابع.
- **قرص الزور :**
- تخشُّب العنق (صعوبة تحريكه).
- نزلات البرد وألم الزور.
- متاعب الغدة الدرقية.
- ضعف السمع.
- طنين الأذن.
- **قرص العين الثالثة:**
- الصداع .
- متاعب العين كالمياه الزرقاء.
- مشاكل بالأعصاب كالتنميل.
- **قرص التاج :**
- التعب المزمن .
- زيادة الحساسية للملوثات.
- الصرع .
- العته (ضعف الوظائف الذهنية .. كضعف الذاكرة).



المراجع

المراجع العربية :

- العلاج بالألوان - د/ أيمن الحسينى .
- فن الاسترخاء - د/ أيمن الحسينى.
- اليوجا - د/ أيمن الحسينى.
- عجائب العلاج بالمغناطيس - د/ أيمن الحسينى.

المراجع الأجنبية :

- **Heal Yourself with Crystals , Hazel Raven.**
- **Healing with Crystals and Chakra Energies.**
- **Alternative Healing Therapies, C.Norman Shealy.**
- **Speaking of Nature Cure , K.Lakshmana Sarma S.Swaminathn.**
- **The Complete Book of Color Healing , Lilian Verner- Bonds.**
- أبحاث جمعية الطب التكميلى بإنجلترا (CMA).
- المؤتمرات والنشرات العلمية.

الفهرس

مقدمة ٣

عجائب الكريستالات والأحجار الكريمة ٥

المادة الفريدة فى عالم الطبيعة ٥

طاقة البللورات الشافية ٦

الطب التقليدى والطب البديل .. هناك فرق ٧

تاريخ الكريستالات والأحجار الكريمة ٩

أول كتابات عن الكريستالات ٩

حكماء الهند القدامى ١٠

عادات ومعتقدات حول استخدام الأحجار الكريمة ١١

رمز السلطة والنفوذ ١١

كيف تكونت الكريستالات والأحجار الكريمة ؟ ١٣

الكريستالات المعدنية ١٣

الكريستالات كاذبة الشكل ١٤

الكريستالات العضوية ١٥

الكريستال الطبيعى والكريستال المجهز ١٦

الكريستال الطبيعى ١٦

الكريستال الناعم اللامع ١٧

ألوان الكريستال الشافية ١٩

كيف ينشأ لون الكريستال المميز ؟ ١٩

الكريستالات الممتصة للغضب والانفعالات ٢١

عوامل خفية تصيبنا بالمرض ٢٤
أجسامنا غير المرئية ! ٢٧
جهاز الطاقة المسئول عن إحساسنا بالصحة ٢٧
الطاقة فى الطب التقليدى ٢٨
الهالة المحيطة بأجسامنا ولا نراها ٣٠
ما المقصود بالهالة ؟ ٣٠
شخصيتك فى هالتك ٣١
ممرات الطاقة المتفرعة داخل أجسامنا ٣٣
دوائر الطاقة بجسمك ٣٥
الوظائف الخفية للهرمونات فى الطب البديل ٣٩
الغدد الصماء وهرموناتها المختلفة ٤٠
فن التداوى بالكريستال والأحجار الكريمة ٤٤
ألوان الطيف وألوان الكريستالات ٤٤
دليلك لاختيار أنسب الكريستالات والأحجار الكريمة الملونة ٤٩
كيف تختار الكريستالات المناسبة لجمال طاقتك؟ ٥٢
البللورة المداوية لأغلب المتاعب الصحية ٥٥
الخصائص المميزة لمجموعة من الأحجار الشائعة ٥٧
كيف تنظفين مجوهراتك وكريستالاتك وتزودينها بالطاقة ؟ ٦٠
التداوى بروح البللورة ٦٣
حجر العقيق لضغط الدم المرتفع وحجر الياقوت لضغط الدم المنخفض ٦٦
الأحجار الحمراء لعلاج السكر والسمنة ٧٠
أحجار الفيروز لتقوية جهازك المناعي ٧٤
كيف تقوي مناعتك بأحجار الفيروز ٧٧

الأحجار المداوية للجيوب الأنفية ٧٨
مداواة الصداع والصداع النصفي بالأحجار الكريمة ٨١
أحجار الفيروز والنحاس لعلاج الروماتويد والتهاب المفاصل ٨٥
تجميل بشرة الوجه بالكريستال ٨٩
خففي متاعب الدورة بأحجار المونستون ٩٣
علاج «السيليوليت» بأحجار الكوارتز ٩٦
أحجار الياقوت لعلاج الاضطرابات الجنسية ٩٨
العقيق الأحمر لمساعدة حدوث الحمل ١٠١
حجر الأميتست لعلاج الأرق ١٠٣
حجر الكوارتز لبث الحيوية ومقاومة الشيخوخة ١٠٦
تأثير الكريستالات على المشاعر ١٠٨
حجر الكوارتز الصافى لعلاج الاكتئاب ١١٧
حجر العنبر لتحفيز الأفكار الإيجابية ١٢٠
حجر الأميتست لعلاج التوتر والقلق ١٢١
كيف تقوى هالتك وتستعيد حيويتك؟ ١٢٥
كيف تحقق التوازن الشعورى لضبط أقراص الطاقة بجسمك ؟ ١٣٠
عالج متاعبك العضوية المرتبطة بعدم توازن الطاقة ١٣٤
المراجع ١٣٩

عجائب العلاج بالكريستال والأحجار الكريمة

استخدمت الأحجار الكريمة منذ زمن بعيد، وكان وراء هذا الاستخدام سبب مباشر يتمثل فى التزين والتباهى، وربما أقبل الناس على هذا الاستخدام نتيجة ما تبعثه هذه الأحجار من طاقة تجعل الإنسان يشعر بالراحة والسكينة إلى جانب القوة والجرأة في كثير من الأحيان. ومع التقدم العلمى والتكنولوجى، وحرص العلماء على دراسة الخواص الفيزيائية والكيميائية للعناصر والمركبات الموجودة فى الطبيعة اتضح أن هناك من الخواص للأحجار الكريمة ما يجعلها صالحة لعلاج كثير من الأمراض، وبذلك انضمت هذه الأحجار إلى سلسلة «الطب البديل» الذى ينأى بالإنسان عن كثير من أبواب الطب التقليدى القائم على العقاقير الكيماوية والعمليات الجراحية.

وإذا كانت هذه الأحجار لن تلغى الطب التقليدى تماماً إلا أنها سوف تقتطع منه جزئيات مَرضَية معينة، كما ستساعده فى جزئيات أخرى كان يقف أمامها عاجزاً بسبب الآثار الجانبية التى يمكن أن تحدث فى حالة تدخله.

ويأتى هذا الكتاب ليقدم بحثاً واسعاً عن أنواع الأحجار الكريمة التى تم اكتشافها فى مناطق عديدة من العالم ويحدد خواص كل منها وإمكانية استخدامها فى علاج أمراض بعينها.

ويساعد الكتاب فى تجاوز كثير من الأضرار النفسية التى تواكب بعض الأمراض من خلال تقديم نوعية الأحجار التى لها خصائص علاجية لكل مرض دون الحاجة لمواجهة الناس بحقيقة ما يشعر به الإنسان حرصاً على مشاعره وأحاسيسه.

وقد احتوى الكتاب على مجموعة هائلة من الصور الملونة للأحجار الكريمة بصورها الطبيعية حتى يسهل على القارئ فحصها ومعرفة حقيقتها عند الشراء حتى يستطيع التمييز بين الحقيقى والزائف ولا يقع فريسة لأى عمليات خادعة.

نرجو أن يستفيد القراء من هذا الكتاب وأن يكون طريقاً إلى الشفاء بإذن الله.

الناشر

ISBN 977-277-483-6

